



Sanna Arontie & Elisa Juvani

KIRKAS KOULUMIELI

Lasten osallisuutta tukemassa ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta

KIRKAS KOULUMIELI

Lasten osallisuutta tukemassa ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta

Sanna Arontie & Elisa Juvani
Opinnäytetyö
Syksy 2016
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Tekijät: Sanna Arontie ja Elisa Juvani
Opinnäytetyön nimi: Kirkas koulumieli
Työn ohjaaja: Harriet Tervonen ja Päivi Rautio
Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2016

Sivumäärä: 39 + 7

Opinnäytetyönämme kehitimme kuudesluokkalaisille suunnatun ehkäisevän päihdetyön toiminnallisen kokonaisuuden, joka koostui kahdesta oppitunnista. Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimi Kaakkurin yhtenäiskoulu. Yhteistyömme käynnistyi ensimmäisestä yhteydenotosta lokakuussa 2015, jolloin Kaakkurin yhtenäiskoulu kiinnostui opinnäytetyöstämme. Oppituntien sisällöt suunnitelimme niin, että ne vastasivat toimeksiantajamme toiveita ja tarpeita.

Kirkas koulumieli -hankkeen kehittämistavoitteena oli vahvistaa Kaakkurin yhtenäiskoulun ehkäisevää päihdetyötä kouluyhteisön näkökulmasta. Hankkeen välitön tavoite oli tuottaa Kaakkurin koululle osallisuuteen tukeva tapa toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä lasten kanssa.

Järjestimme kaksi 60 minuutin toiminnallista oppituntia huhtikuussa 2016 yhdelle Kaakkurin 6. luokalle. Ensimmäisen oppitunnin päätavoitteena meillä oli oppilaiden osallisuuteen tukeminen. Oppitunnin lopuksi oppilaat saivat kotitehtävän, joka koostui kuudesta kysymyksestä. Kysymysten avulla halusimme selvittää oppilaiden ajatuksia päihteistä, ja kotitehtävän tarkoituksena oli myös kerätä tietoa vanhemmille tehtävää yhteenvetoa varten. Toisen oppitunnin päätavoitteena oli aktivoita oppilaita miettimään päihteettömän nuoruuden hyötyjä ja vahvistaa heidän uskallustaan kieltäytyä päihteistä. Tunnin päätteeksi annoimme oppilaille ja opettajalle palautelomakkeet. Oppilaiden palautteiden mukaan lähes jokainen vaikutti ymmärtävän päihteettömän nuoruuden hyödyt, suurin osa oppilaista oppi jotain uutta, ja osa oppi uusia keinoja kieltäytyä päihteistä. Kaikki oppilaat pitivät tärkeänä sitä, että kotona puhutaan avoimesti päihteistä ja niiden vaaroista. Opettajan palautteesta välittyi tyytyväisyys oppituntiemme sisältöihin ja hankkeemme ajankohtaisuuteen. Oppituntien sisällöistä kokosimme yhteenvedon vanhemmille, jonka luokan opettaja lähetti heille koulun hallinto-ohjelma Wilman kautta. Yhteenvedon lopussa pyysimme vanhemmilta palautetta esittämimme kysymyksiin sähköpostitse. Vanhempien osallistuminen palautteenantoon jäi kuitenkin vähäiseksi, sillä saimme vain yhden vastauksen. Vaikutteita hankkeeseemme otimme muun muassa Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Sex, drugs & ... muita tärkeitä asioita nuorille –materiaalista, ehkäisevän päihdetyön EHYT ry:n opetusmateriaalista Smokefree-rastirata, Änni-hankkeesta sekä Suomen Punaisen Ristin toimintamateriaalista En käytä -tukupaketti nuorten parissa työskenteleville.

Kehittämämme toimintamalli luo hyvän pohjan kuudesluokkalaisten ehkäisevälle päihdetyölle. Toimintamalli jäi Kaakkurin koululle ja koulu voi halutessaan ottaa sen käyttöön. Jatkossa lisävaikutuvuutta saataisiin sillä, että toimintamalli vakiintuisi Kaakkurin yhtenäiskoulun kuudesluokkalaisten opetukseen niin, että oppitunnit pidettäisiin kaikille kuudesluokkalaisille.

Asiasanat: Osallisuus, Osallisuuteen tukeminen, Ehkäisevä päihdetyö

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

Authors: Sanna Arontie & Elisa Juvani

Title of thesis: Increasing Welfare at Kaakkuri Elementary School - Preventive Substance Abuse Work with Functional Methods.

Supervisors: Harriet Tervonen & Päivi Rautio

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2016 Number of pages: 39 +7

This thesis was planned and organized as a functional development project located in Oulu. The purpose was to develop and add preventive substance abuse work in Kaakkuri Elementary School and create a new functional method for preventive substance abuse work.

The goal of this practical thesis was to increase 6th graders awareness of the harms of using intoxicants. The most important purpose was to get youngsters to think about the importance of welfare.

Two lessons in Kaakkuri Elementary School were the functional part of this thesis. The subjects of the lessons were dealt in small groups by using drama, discussions and a quiz. According to the feedback of the youngsters, majority of them received new information about how to say no to intoxicants and that youngsters would like to discuss intoxicant abuse at home with their parents. Combination of different materials was used for example by National Institute for Health and Welfare, Red Cross and Finnish Association for Substance Abuse Prevention EHYT.

The main idea of preventive substance abuse work is to try to prevent young people from starting using substances. The outcome of this thesis can be used by Kaakkuri Elementary School.

Keywords: Participation, Preventive substance abuse work, Functional

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	KEHITTÄMISHANKKEEN TAVOITTEET	9
3	LASTEN JA NUORTEN OSALLISUUS	11
4	KOULU LAPSEN KEHITYSYHTEISÖNÄ	12
5	KIRKAS KOULUMIELI HANKETTA TUKEVAT TUTKIMUKSET	15
6	TEORIASTA TOIMINTAAN	18
6.1	Toimijälähtöisyys ja osallisuus.....	18
6.2	Toimijuus ja osallisuus.....	18
6.3	Osallisuuden tukeminen kehittämistoiminnassa	19
6.4	Kehittämistoiminnan suunnitteluvaihe	19
6.5	Toiminnan toteutus.....	22
7	KOTITEHTÄVÄN JA PALAUTTEIDEN ANTI.....	25
7.1	Vahvuudet ja riskit	28
7.2	Eettisyyden, toiminnan ja luotettavuuden arviointi	29
8	POHDINTA	31
	LÄHTEET	36
	LIITTEET	41

1 JOHDANTO

Päihdetyö jaetaan Suomessa ehkäisevään ja korjaavaan päihdetyöhön (Partanen 2015, 470). Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on päihteiden käytön vähentämisen lisäksi ehkäistä päihteiden käytöstä aiheutuvia sosiaalisia, terveydellisiä ja yhteiskunnallisia haittoja. Se kohdistuu alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden lisäksi myös riippuvuutta aiheuttavaan rahapelaamiseen (523/2015 1 § - 2 §). Ehkäisevän päihdetyön tasoja ovat yleinen ehkäisy ja riskiehkäisy. Kun puhutaan yleisestä ehkäisystä, tarkoitetaan työtä, joka kohdistuu koko väestöön tai tiettyyn väestöryhmään. Yleisen ehkäisyn tarkoituksena on ehkäistä tai myöhentää kyseessä olevan kohderyhmän päihteidenkäyttöä. Riskiehkäisyn tarkoituksena on puuttua määritellyn kohderyhmän päihteidenkäyttöön, joka ennakoii ongelmakäyttöä tai haittoja. Riskiehkäisyyn kuuluu myös varhainen puuttuminen myöhemmin puhkeavaa ongelmakäyttöä ennustaviin riskitekijöihin. (Partanen 2015, 470.)

Nuorten päihteidenkäyttöä voidaan pyrkiä ehkäisemään erilaisilla ehkäisevillä ohjelmilla esimerkiksi kouluissa. Päihdehäiriön riski on sitä pienempi mitä myöhemmin nuori alkaa käyttää päihteitä. On tärkeää harjoitella nuorten kanssa sosiaalisia taitoja. Sillä, miten nuori onnistuu vastustamaan haitallisiin terveystottumuksiin liittyviä sosiaalisia paineita, on suuri merkitys. Itseluottamus, päätöksentekokyky, toisten mielipiteiden ja yksilöllisyyden kunnioittaminen ovat ominaisuuksia, joita nuoret tarvitsevat kyetäkseen ja uskaltaakseen kieltäytyä päihteistä. (Holmberg, Hämäläinen, Kurki & Salo-Chydenius 2015, 364-365.)

Ehkäisevän päihdetyön avulla on mahdollista vähentää riskikehitykselle altistavia tekijöitä ja puuttua nuoren elämää haittaavien uhkatekijöiden kasautumiseen. Sen ei tarvitse olla pelkkää päihdevalistusta ja päihteiden vaaroista kertomista. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään myös silloin, kun puhutaan muusta positiivisesta toiminnasta ja mahdollisuuksista, joita nuorille on tarjolla päihteiden käyttöön liitettyjen positiivisten mielikuvien sijaan. Nuorille tulisi olla riittävästi tarjolla päihteetöntä nuorisokulttuuria tukevaa toimintaa etenkin iltaisin ja viikonloppuisin. (Holmberg ym. 2015, 365-366.)

Nuorten terveystapatutkimuksesta käy ilmi, että 12-vuotiaat ovat vielä siinä iässä, johon päihteiden käyttö ei juuri kuulu. Tupakkatuotteita tai alkoholia kokeillaan harvoin 12-vuotiaana ja kokeilut ovat

entisestään vähentyneet. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 57.) Jotta tämä myönteinen kehitys ala-aste ikäisillä jatkuisi, on tärkeää entisestään korostaa päihdeettömyyden hyötyjä. Opinnäytetyömme tarkoituksena on tukea Kaakkurin yhtenäiskoulun kouluuyhteisöä ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta edistämällä lasten hyvinvointia tukemalla ja kannustamalla heitä päihdeettömyyteen. Etenkin sosiaalisella ennaltaehkäisevällä työote on hyvin merkittävässä asemassa (Hovi-Pulsa, Rantanen, Rouhiainen-Valo & Tietäväinen 2010, 19).

Päihdekeskusteluille luontevana paikkana nuoret pitävät koulua. On tärkeää, että nuoren kanssa keskustellaan avoimesti päihteistä ja niiden käytöstä. Keskustelussa on hyvä painottaa vastuuta itsestä, lähimmäisistä ja toisista ihmisistä. Liiallinen päihteiden vaikutuksista puhuminen tai asioiden kieltäminen voivat jopa yllyttää kokeiluun. Aikuisen hyökkäävä päihdekielteinen asenne, hatarat perustelut tai suhtautumistapa voi laukaista, edistää tai ylläpitää nuoren päihteiden käyttöä. (Kylmänen 2005, 32.) Hankkeessamme halusimme ennen kaikkea luoda ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta järjestetyille oppitunneille rennon ja keskustelemaan ilmapiirin. Tarkoituksenamme ei missään vaiheessa ollut mennä valistamaan oppilaita päihteiden vaaroista. Meillä oli se näkemys, että suurimmalla osalla oppilaista on jo entuudestaan paljon tietoa päihteistä ja tiesimme heidän käsitelleen aihetta oppitunneilla opettajan kanssa. Tarkoituksenamme oli saada oppilaat ajattelemaan, mitä kaikkea muuta nuoruudessa voi olla kuin päihteet. Lisäksi halusimme nuorten pohtivan kuinka paljon esimerkiksi kavereiden tuki ja toisaalta kaveripaine voi vaikuttaa omiin valintoihin. Tarkoituksenamme oli myös vahvistaa heidän uskallustaan kieltäytyä päihteistä.

Opettajat ja kouluterveydenhoitajat ovat tärkeässä asemassa nuorten ehkäisevää päihdetyötä ajatellen. Myös vanhemmuuden tukeminen liittyy ehkäisevään työhön. Näin ollen on tärkeää huomioida vanhemmat nuorten terveyden edistämiseksi ja ottaa heidät mukaan niin koululla järjestettäviin tilaisuuksiin kuin tarpeen vaatiessa myös henkilökohtaisiin keskusteluihin. Vanhempien tehtävänä on asettaa rajat nuorelle, mitä he sallivat ja mitä eivät sekä osoittaa nuorelle, että hänestä välitetään. Mikäli vanhempien suhtautuminen alaikäisen päihteidenkäyttöön on selkeän kielteinen, se myös vähentää nuorten päihteidenkäyttöä. Vanhemmat voivat luoda turvallista tukiverkkoa nuorten ympärille myös pitämällä yhtä toisten vanhempien kanssa ja tukemalla toinen toisiaan. Yhteinen näkemys vanhempien kesken voi syntyä esimerkiksi erilaisten tilaisuuksien avulla. (Holmberg, Hämäläinen, Kurki & Salo-Chydenius 2015, 365.)

Etsiessämme yhteistyökumppania kehittämishankkeellemme Kaakkurin yhtenäiskoulu kiinnostui opinnäytetyömme ideasta. Heille aiheemme oli ajankohtainen ja saimme yhden kuudennen luokan

opettajan yhteistyöhön kanssamme. Varsinainen kehittämistarve tuli suoraan Kaakkurin koululta. Opinnäyteyömme kohderyhminä olivat Kaakkurin yhtenäiskoulun yhden kuudennen luokan oppilaat, heidän vanhempansa sekä luokan opettaja. Kehitimme ehkäisevän päihdetyön toimintamallin 6. luokan oppilaille ja heidän vanhemmilleen. Toimintamallissa oppilaat työstivät yksilöinä ja pienissä ryhmissä päihteisiin sekä valintoihin liittyviä tehtäviä. Niissä esille tulevista asioista kokosimme yhteenvedon vanhemmille, jonka lähetimme heille koulun hallinto-ohjelma Wilman kautta. Yhteenvedon tarkoituksena oli välittää vanhemmille tieto siitä, minkälaisia asioita heidän lapsensa ottivat yhteisissä keskusteluissamme esille, ja kuinka he voisivat jatkossa tukea lapsiaan päihteettömyyteen. Kehittämämme toimintamalli jäi opinnäytetyöprosessin jälkeen Kaakkurin yhtenäiskoulun käyttöön.

2 KEHITTÄMISHANKKEEN TAVOITTEET

Kirkas koulumieli -hankkeen kehittämistavoitteena oli vahvistaa Kaakkurin yhtenäiskoulun ehkäisevää päihdetyötä kouluyhteisön näkökulmasta. Kaakkurin yhtenäiskoululla on mahdollisuus hyödyntää kehittämäämme toimintamallia jatkossa. Vahvistamalla Kaakkurin yhtenäiskoulun ehkäisevää päihdetyötä edistimme samalla lasten hyvinvointia tukemalla ja kannustamalla heitä päihteettömyyteen. Nuoren kehitykselle merkittäviä riskiajankohtia ovat erilaiset siirtymävaiheet. Siirtyminen alakoulusta yläkouluun on etenkin päihteiden käytön kannalta yksi tällainen vaihe. (Jouhki 2014, 39.)

Kirkas koulumieli -hankkeen välittömänä tavoitteena oli tuottaa Kaakkurin koululle osallisuuteen tukeva tapa toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä lasten kanssa. Hankkeen avulla pyrimme yksilö-, ryhmä- ja case-tehtävien keinoin aktivoimaan oppilaita miettimään päihteettömän nuoruuden hyötyjä sekä selvittämään heidän ajatuksiaan päihteistä. Vanhemmille tehdyn yhteenvedon avulla tavoitteena oli saattaa vanhemmille tietoa siitä, kuinka vanhemmat voivat omalla toiminnallaan tukea lapsiaan päihteettömyyteen. Vanhemmat varmistuivat hankkeemme toiseksi kohderyhmäksi käytyämme ensimmäisen kerran Kaakkurin koululla sopimassa hankkeen yksityiskohdista. Kaakkurin koululta saamamme tiedon mukaan vanhempien tiedottaminen oli erityisen tärkeää, koska vanhempien tieto lasten päihdetietämyksestä ja päihdekäyttytymisestä ei välttämättä ole ajan tasalla.

Kun aloitimme hankkeemme toiminnallisen osuuden suunnittelun, meillä oli pitkään ajatuksena järjestää lopuksi vanhempainilta hankkeeseemme osallistuneiden kuudesluokkalaisten vanhemmille. Olisimme halunneet päästä kasvotusten keskustelemaan vanhempien kanssa tunneilla läpikäydyistä asioista ja kuulla vanhempien mielipiteitä esimerkiksi ehkäisevän päihdetyön merkityksestä kouluissa. Ajattelimme, että vanhempainilta olisi osaltaan voinut myös avata vanhempien silmiä koskien lasten ja nuorten päihdetietämystä, ja kenties keskustelut kotona päihteidenkäytöstä ja niiden vaaroista olisivat voineet sitä kautta lisääntyä. Juteltuamme vanhempainillan järjestämisestä Kaakkurin koulun kuudennen luokan opettajan kanssa, päädyimme kuitenkin tekemään vanhemmille pelkän yhteenvedon tuntien sisällöistä. Kuudesluokkalaisten vanhemmille oli järjestetty keväällä 2016 jo yksi vanhempainilta ja opettajalla oli vahva epäily siitä, että emme tulisi saamaan tärkeästä aiheesta huolimatta kuin murto-osan vanhempia paikalle.

Sosionomien ydinosaaminen on jäsenneltynä kuuteen kompetenssiin. Oppimistavoitteemme linkittyivät erityisesti kompetensseihin asiakastyön osaaminen ja tutkimuksellinen kehittämisosaaminen. Asiakastyön osaamiseen kuuluu oleellisena osana erilaisten asiakkaiden ja asiakasryhmien ohjaaminen, ja osallisuuden edistäminen on yksi sosiaalialan keskeisimmistä arvoista (Hovi-Pulsa, Rantanen, Rouhiainen-Valo & Tietäväinen 2010, 16, 18). Oppimistavoitteina meillä oli luoda toimiva yhteistyösuhde Kaakkurin yhtenäiskoulun kanssa sekä ohjata ja toteuttaa ryhmätilanteet ennalta tehtyjen suunnitelmien mukaisesti sosiaalialan eettisiä periaatteita noudattaen. Sosiaalialan ammattietiikka erottuu muiden alojen yleisestä eettisestä osaamisesta muun muassa siten, että työn lähtökohtina ovat asiakkaan tarpeet ja sitoutuminen yhteiskunnalliseen näkökulmaan. Kompetensseista tutkimuksellinen kehittämisosaaminen painottaa tutkivaa ja kehittävää työtettä, osaamista tuottaa uutta tietoa sekä taitoa suunnitella, toteuttaa, arvioida ja raportoida sosiaalialan kehittämissankkeita (Hovi-Pulsa ym. 2010, 17, 21).

3 LASTEN JA NUORTEN OSALLISUUS

Osallisuus omassa elämässä ei ole itsestäänselvyys. Vahvistamalla nuoren mahdollisuutta osallistua yksilönä, varmistetaan hänen kasvuaan ehyeksi yksilöksi. Osallisuus on syvimmältä olemukseltaan aina vuorovaikutuksellista. Jokainen osallisuuden ja ulkopuolisuuden kokemus jättää jälkensä. Mikäli osaisimme antaa kullekin ikäluokalle mahdollisuuden osallistumiseen, vähentäisimme heidän alttiuttaan syrjäytyä. Yhteiskuntamme itseisarvona tulisi olla lasten ja nuorten osallistuva toimijuus, sillä lapset ja nuoret tarvitsevat perheen ulkopuolisia aikuisia huomaamaan heidät ja antamaan heille osallistumisen mahdollisuuksia. Lisäksi he tarvitsevat heille osoitettua arvostusta päivittäin, sillä he hyötyvät kaikesta arvostavasta kiinnostuksesta. Lapsen ja nuoren luovuus kasvaa, kun heidän annetaan osallistua arvostettuina vuorovaikutuskumppaneina. (Mäkelä 2011, 14, 16-17, 20, 21-23.) Lapsen osallistumisoikeuksia tulee käsitellä laajassa näkökulmassa, sillä ne eivät rajoitu hänen näkemysten huomioimiseen ainoastaan häntä koskevissa asioissa. Silloin tarkastellaan myös lapsen oikeutta vaikuttaa elinympäristöönsä ja yhteisöään koskeviin asioihin. Lasten mahdollisuuksista vaikuttaa oppilastoimikunnan kautta koulu yhteisönsä asioihin säädetään opetustoimen lainsäädännössä. (Iivonen 2011, 54.) Osallisuuden edellytyksenä on toisen kunnioitus. Yhteiskunnassa lapset ja nuoret joutuvat kuitenkin kohtaamaan ilmiöitä ja asioita, jotka ovat heille vieraita ja saavat heidät tuntemaan itsensä osattomiksi. Tästä syystä lasten ja nuorten osallisuutta tulee tarkastella erikseen. (Malkavaara 2011, 110.)

Jotta voidaan puhua osallisuudesta, ei riitä, että lapset ja nuoret ovat passiivisesti mukana toiminnassa. Osallistumisen ja osallisuuden ero on siinä, että silloin kun tilanne johon osallistuja saapuu, on luotu valmiiksi, puhutaan osallistumisesta. Jos taas osallistuja itse saa vaikuttaa tilanteeseen ja sen kulkuun, puhutaan osallisuudesta. Osallisuudessa oleellista on se, että on mahdollista säädellä ja valita itse omaa aktiivisuustasoa. On merkityksellistä ottaa huomioon myös se, että passiivinen mukana olo voi yksilön kannalta tukea sen toteutumista. Osallisuuden kannalta on oleellista miettiä miten koko yhteisö, esimerkiksi koulu, voi mahdollistaa osallisuuden toteutumisen. Todennäköistä on, etteivät lapset ja nuoret osaa itse hyödyntää osallisuuden mahdollisuuksia. Siksi aikuisen tulee antaa lapsille ja nuorille luottamusta, toimia heidän kannustajinaan ja aktivoivina osallistajina. Osallisuus ei viittaa vain mielipiteen ilmaisuun päätöksentekotilanteessa, sillä se on moniulotteinen asia. Osallisuuden mittaaminen on mahdollista tarkastelemalla sitä, kuinka paljon osalliset voivat oikeasti osallistua toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. (Rantala, 2011, 140, 143, 149.)

4 KOULU LAPSEN KEHITYSYHTEISÖNÄ

Perusopetuslaissa säädetään koulun tehtäväksi ”tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja eettisesti vastuukykyiseen yhteiskunnan jäsenyyteen sekä antaa heille elämässä tarpeellisia tietoja ja taitoja”(1998/628 2 §). Koulu on keskeinen areena omaksua osallistumis- ja vaikuttamistaitoja. Alakoulu aika on merkityksellinen muun muassa uuden oppimisen ja ikätovereiden kanssa vietyä ajan vuoksi. Myös yhdessä tekeminen ja toimiminen oman luokan kanssa ovat tärkeitä asioita alakoulussa. (Alanko 2010; 55, 66, 69.) Jos lapsen on hyvä olla koulussa, se voi tarjota tärkeän ponnahduslaudan elämään. Tärkeäksi rakennusaineeksi lapsen elämässä muodostuu koulussa saatu hyväksyntä ja positiivinen palaute. (Kinnunen 2011, 134.) Asema vertaisryhmässä muovaa myös pitkälti lapsen itsetuntoa. Aikuisten tulee tehdä töitä sen eteen, jotta lasten vertaissuhteet pysyvät turvallisina. (Pajamäki 2014, 34.)

Kun lapset ja nuoret muodostavat käsityksiään ja uskomuksiaan maailmasta, he perustavat ne lähiympäristöstään opittuihin oletuksiin. He omaksuvat kulttuurin ja sosiaalistumisen kautta tiettyjä ympäristönsä arvoja, esimerkiksi sen mikä on oikein ja mikä väärin. Nuorilla ei ole jäsenyyttä aate- ja arvomaailmaa. Ilman näitä on vaikea tietää mikä on oikein ja mikä on väärin, mikä hyvää ja mikä pahaa ja on väärin luottaa siihen, että he opettamatta nämä oppisivat. (Helve 2002; 16, 19.)

Lasten hyvinvoinnin tarkastelu keskittyy usein yksilökeskeisyyteen ja terveyteen. Näiden rinnalle olisi hyvä kehittää menetelmiä, joiden avulla voitaisiin selvittää myös lasten yleistä hyvinvointia heidän omissa toimintaympäristöissään. (Konu 2010, 13.) Yksilön ja yhteisön hyvinvointia ei voi erottaa toisistaan. Yksilön subjektiiviseen hyvinvointiin kuuluu yhtenä osana kouluhyvinvointi. Kouluhyvinvointiin vaikuttaa kouluyhteisön lisäksi muu ympäröivä yhteisö, johon kuuluvat muun muassa kodit, terveydenhoito, kerhot ja poliisi. Kouluhyvinvointi koostuu kaikkien koulun jäsenten kokemuksista koulusta ja siellä toimimisesta. Kouluhyvinvointi jaetaan koulun olosuhteisiin, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin, yksilön terveydentilaan sekä koulun sosiaalisiin suhteisiin. Koulun olosuhteilla tarkoitetaan kaikkia koulun fyysisiä tiloja, niiden kuntoa ja turvallisuutta. Olosuhteisiin kuuluvat myös koulun säännöt, opetuksen organisointi ja tarvittavat palvelut kuten terveydenhoito. Itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin kuuluvat onnistumisen kokemusten saaminen, yksilön merkitys yhteisössään, vaikuttamisen mahdollisuudet sekä positiivinen kannustus ja rohkaisu.

Kaikki yhteisöt, joissa ihminen viettää aikaansa, vaikuttavat kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin. Sosiaaliset suhteet ilmenevät kouluissa oppilaiden välillä, oppilaiden ja opettajien sekä koulun ja kodin välillä. (Konu 2010;14,16-17.)

Koulun toimintaan kuuluukin olennaisena osana yhteistyö lasten vanhempien kanssa ja opettajilla on velvollisuus pitää yhteyttä lapsen huoltajiin. Perinteisiä yhteistyömuotoja ovat arviointikeskustelut ja vanhempainillat sekä muusta koulun toiminnasta informoiminen. Vanhemmilla on tarve saada tietoa lapsensa koulunkäynnistä ja siellä tapahtuvista muutoksista. (Huhtanen 2007, 157.) Kodin ja koulun välinen yhteistyö toimii lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukena. Kodin ja koulun välisellä kasvatuskumppanuudella tarkoitetaan tietoista sitoutumista työskennellä yhdessä lapsen ja nuoren kasvun, kehityksen ja oppimisen tukena. Tässä yhdistyvät sekä vanhempien tuntemus omasta lapsestaan sekä ammattilaisen asiantuntemus lapsen hyvinvoinnista. Kodin ja koulun välisen yhteistyön tulisi painottua luottamuksen, sosiaalisen verkoston ja yhteisöllisen tuen luomiseen. (Koivisto & Rautakoski 2013, viitattu 19.11.2015.) Kasvatuksen varsinaisena perustana on koti ja vanhemmat mutta koulu on myös merkittävä kasvatusyhteisö (Paalasmaa 2014, 187). Yhteistyö kodin ja koulun välillä korostuu siinä, kuinka aktiivisesti vanhemmat ovat mukana lapsensa koulun käyntiin liittyvissä asioissa (Konu 2010, 17). Koulun on mahdollista tukea vanhempia kasvatustyössä silloin, kun kummatkin osapuolet sitoutuvat yhdessä asetettuihin tavoitteisiin, joiden löytäminen tapahtuu keskinäisessä vuorovaikutuksessa. (Huhtanen 2007, 158).

Oppilashuollon toteutus tapahtuu yhteistyössä lasten ja nuorten huoltajien kanssa ja se kuuluu siitä vastaavien viranomaisten lisäksi jokaiselle kouluyhteisön jäsenelle (Opetushallitus 2004, 24). "Opiskeluhuollolla tarkoitetaan opiskelijan hyvän oppimisen, hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä sekä niiden edellytyksiä lisäävää toimintaa oppilaitosyhteisössä" (1287/2013 3 §). Oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa (1287/2013 4 §) säädetään yhteisöllisestä opiskeluhuollosta: "Kaikkien oppilaitoksessa opiskelijoiden kanssa työskentelevien sekä opiskeluhuoltopalveluista vastaavien viranomaisten ja työntekijöiden on tehtävissään edistettävä opiskelijoiden ja oppilaitosyhteisön hyvinvointia sekä kotien ja oppilaitoksen välistä yhteistyötä." Lisäksi edellä mainitussa laissa 5 §:ssä säädetään yksilökohtaisesta opiskeluhuollosta, johon kuuluu muun muassa koulukuraattoripalvelut, jotka ovat osa sosionomin työaluetta.

Vaikka oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa puhutaan opiskeluhuollosta, perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa käytetään opiskeluhuollosta termiä oppilashuolto (Opetushallitus 2014, 77)).

Oppilashuollolla edistetään kouluyhteisön hyvinvointia muun muassa luomalla kaikille terve ja turvallinen opiskeluympäristö. Oppilashuollon tavoitteena on tunnistaa ja ehkäistä koulunkäyntiin liittyviä ongelmia ja oppimisvaikeuksia sekä poistaa ne mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tarkoituksena on taata kaikille yhtäläiset mahdollisuudet oppimiseen kouluyhteisössä. Opetussuunnitelman mukaisen oppilashuollon lisäksi oppilashuolto käsittää kouluterveydenhuollon ja kasvatuksen tukemisen. Luottamuksellisuus ja eri osapuolten kunnioittaminen ohjaavat oppilashuoltotyötä salassapitoa ja tietojensaantia koskevien säädösten ohella. Oppilashuollon tavoitteet ja periaatteet tulee olla kuvattuina omassa suunnitelmassaan opetussuunnitelmassa ja ne laaditaan kunnan sosiaali- ja terveydenhuollon toimeenpanoon kuuluvia tehtäviä hoitavien viranomaisten kanssa yhteistyössä. (Opetushallitus 2004, 24-25.)

Syksyllä 2016 astui voimaan uusi perusopetuksen suunnitelman perusteet 1-6 vuosiluokkien osalta. Sitä ennen noudatettiin vuonna 2004 hyväksyttyä ja vuonna 2006 käyttöön otettua perusopetuksen suunnitelman perusteita. (Opetushallitus 2015, viitattu 16.12.2015.) Uudessa suunnitelmassa oppilashuolto on tarkemmin eriteltynä yhteisölliseen ja yksilökohtaiseen oppilashuoltoon. Uudessa perusopetuksen suunnitelman perusteissa (2014, 77) kuvataan oppilashuollon kuuluvan tiiviisti koulun tehtävään opettaa ja kasvattaa sekä painotetaan entistä enemmän oppilashuollon tärkeyttä. Kirkas Koulumieli- hanke on yhteisöllistä oppilashuoltoa ja näin ollen se kuuluu sosionomin työalueeseen. Sosionomi on oppilashuollon jäsen, mikäli hän työskentelee koulumaailmassa. Hankkeen avulla halusimme edistää kouluyhteisön hyvinvointia ja tukea nuorten turvallista kasvua.

5 KIRKAS KOULUMIELI HANKETTA TUKEVAT TUTKIMUKSET

Ehkäisevä päihdetyö Suomessa 2025 - ennakointitutkimus kartoitti asiantuntijoiden käsityksiä ehkäisevän päihdetyön tulevaisuudesta Suomessa. Ennakointitutkimuksesta nousi positiivisena asiana esiin muun muassa se, että tutkimuksen panelisteista noin puolet uskoi nuorten raittiuden yleistyvän tulevaisuudessa, vain 10 prosenttia arvioi sen vähentyvän. Lisäksi muun muassa nuoriin kohdistuvan mediakasvatuksen, ikärajavaivonnan tehostumisen sekä sen, että alkoholinkäyttö otettaisiin aiempaa useammin puheeksi koulu- ja opiskelijaterveydenhuollossa arvioitiin edistävän nuorten raittiutta. Lisäksi arvojen moninaistuminen ja yhdenmukaisuuden paineen väheneminen edistävät nuorten raittiutta tulevaisuudessa. (Warpenius, Holmila, Karlsson & Ranta 2015, 38.)

Tupakoinnin suhteen panelisteista jopa 96 prosenttia uskoi, että nuorten tupakointi vähenee jonkin verran tai paljon tulevaisuudessa. Jotkut panelistit arvioivat, että nuorison tupakointi vähenee siksi, että tupakan saatavuutta rajoitetaan. Lisäksi tupakoinnin arvioitiin yleisesti vähentyvän, jolloin tupakoinnin aloittamiskynnys nousee. Myös tupakan kalliin hinnan ja kielteisten mielikuvien ja valistuksen uskottiin vähentävän tupakointia. (Warpenius ym. 2015, 39.) Väitettä: ”nuorten tupakointiin oppilaitoksissa puututaan nykyistä tiukemmin ja tehokkaammin vuonna 2025” paneelissa pidettiin hyvin todennäköisenä ja myönteisenä mahdollisuutena. Lisäksi vastauksista tuli esille usko siihen, että tulevaisuudessa on mahdollisuus toteuttaa uusia, entistä kovempia sanktioita ja tiukentaa tupakoinnin valvontaa. (Warpenius ym. 2015, 54-55.) 71 % panelisteista uskoi nuorten kannabiksen käytön lisääntyvän jonkin verran tai paljon tulevaisuudessa. Osa vastaajista ajatteli, että kannabiksen sääntelyn vapautuminen kansainvälisesti tulee lisäämään käyttöä myös Suomessa. Kannabiksella tuntuu olevan kova positiivinen noste eivätkä käyttäjät tunnusta haittoja olevan lainkaan, vain myönteiset puolet nähdään. Osa panelisteista painotti valistuksen merkitystä kannabisehkäisyyssä sääntelyn mahdollisesti vapautuessa. (Warpenius ym. 2015, 40.)

Ehkäisevä päihdetyö Suomessa 2025 – ennakointitutkimuksen panelistit pitivät väitettä ”lasten ja nuorten elämänhallinnan yleinen vahvistaminen kouluissa on erillisiä päihdekasvatusohjelmia tärkeämpää vuonna 2025” erittäin todennäköisenä ja positiivisena tulevaisuuskuvana. Lisäksi he korostivat koulumaailman olevan yhä keskeisemmässä asemassa tulevaisuuden ehkäisevässä päihdetyössä sekä kasvatustyössä yleisemminkin. Päihdekasvatusohjelmien suurimpina puutteina nähtiin niiden eriytyneisyys ja irrallisuus suuremmista elämänhallinnan kokonaisuuksista. Osa panelisteista kantoi huolta siitä, että lasten ja nuorten elämänhallinnan vahvistaminen tapahtuu muun

ehkäisytoiminnan kustannuksella. Vaikka elämänhallinnan vahvistamista osana ehkäisevää päihdetyötä kannatettiin paneelissa, korostettiin myös, että tulevaisuudessakin tarvitaan päihdetietouden lisäämistä ja yleistä valistustoimintaa. Paneelin mielestä eri lähestymistapoja tulisi käyttää rinnakkain. (Warpenius ym. 2015, 53.)

Ehkäisevä päihdetyö Suomessa 2025 - ennakointitutkimus korostaa koulumaailman keskeistä asemaa tulevaisuuden ehkäisevässä päihdetyössä sekä kasvatustyössä. Varhainen puuttuminen ja elämänhallinnan vahvistaminen ovat tärkeä osa ehkäisevää päihdetyötä etenkin lasten ja nuorten parissa työskennellessä. Nostimme Kirkas koulumieli-hankkeessa vahvasti esille koulumaailman ja varhaisen puuttumisen merkityksen. Tutkimuksen paneelissa kannatettiin elämänhallinnan vahvistamista osana ehkäisevää päihdetyötä, mihin myös Kirkas Koulumieli-hankkeellamme halusimme vaikuttaa.

Tutkimuksessa Nuorten päihteettömyyden edistäminen ja varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon testattiin Nuorten päihdemittarin (Adolescents' Substance Use Measurement, ADSUME) luotettavuutta sekä arvioitiin nuorten, terveydenhoitajien ja yhteistyökumppaneiden näkökulmasta varhaisen puuttumisen toimintamallin soveltuvuutta nuorten päihteettömyyden edistämiseksi. Tutkimuksen tavoitteena oli saada aikaan koulu- ja opiskeluterveydenhuollon käyttöön varhaisen puuttumisen malli nuorten päihteettömyyden edistämiseksi. Tutkimuksessa kartoitettiin myös nuorten päihteiden käyttöä ja siihen liittyviä taustatekijöitä nuorten ja terveydenhoitajien tunnistamina. Tutkimukseen osallistui 14–18-vuotiaita nuoria. (Pirkainen 2007, 18, 65.) Tutkimuksen mukaan enemmistö nuorista kokeili päihteitä varhaisnuoruudessa, minkä vuoksi 14–15-vuotiaiden nuorten ja terveydenhoitajien keskustelut ovat tarpeellisia ja voivat auttaa nuorta tiedostamaan omaa käyttäytymistään, ajattelemaan kriittisesti ja tarvittaessa muuttamaan toimintaansa. Päihteiden käyttöön liittyviä keskusteluja nuoret pitivät tärkeinä mutta saatuja ohjeita ei välttämättä muistettu myöhemmin. Päihteiden riskikäytön ja vaarallisen suurkulutuksen vaiheessa tutkimuksen nuoret arvioivat oman päihteiden käyttönsä haitattomaksi sekä vähäisemmäksi kuin ystäviensä päihteiden käytön. (Pirkainen 2007, 112.)

Tutkimuksen johtopäätöksissä todetaan, että yksilöllistä neuvontaa päihteiden käyttöön liittyvissä asioissa tulisi tehostaa ja yhteen sovittaa terveystiedon opetuksen kanssa. Olisi myös tarpeen tehostaa nuorten päihteidenkäyttöön liittyvän huolen ilmaisemista, jotta riittävä, konkreettinen palaute tavoittaisi runsaasti päihteitä käyttävät nuoret. Yksilöllisen neuvonnan lisäksi olisi tärkeää lisätä sellaista päihteettömyyttä edistävää toimintaa, joka ei kohdentuisi pelkästään nuoriin vaan koko

väestöön. Yleisen asenteen tulisi muuttua päihdekielteisemmäksi, tavallista elämää arvostavaksi. (Pirskainen 2007, 112-113.)

Tutkimuksessa Nuorten päihhteettömyyden edistäminen ja varhaisen puuttumisen malli tavoitteena oli saada aikaan koulu- ja opiskeluterveydenhuollon käyttöön varhaisen puuttumisen malli nuorten päihhteettömyyden edistämiseksi. Tämän mallin tavoite vastaa täysin myös siihen, mitä halusimme opinnäytetyöllämme luoda ja siihen nojaten lähdimme luomaan Kirkas Koulumieli -hanketta. Lisäksi tutkimustulosten mukaan enemmistö nuorista kokeilee päihhteitä varhaisnuoruudessa. Tämä tutkimustulos tukee sitä, miksi valitsimme kohderyhmäksi 6. luokkalaiset. Yleisen asenteen tulisi muuttua päihdekielteisemmäksi, tavallista elämää arvostavaksi. Tästä syystä myös me halusimme painottaa hyvinvoinnin näkökulmaa valistuksen sijaan. Edellä mainittujen tutkimusten tuloksissa korostuu myös oppilashuollon merkitys ehkäisevässä päihdetyössä, ja sosionomeina meillä on mahdollisuus olla osana oppilashuoltoa, mikäli työskentelemme koulumaailmassa.

Nuorten keskuudessa humalajuominen on vähentynyt ja raittius yleistynyt. Olisi tärkeää tukea tätä positiivista kehitystä yhteiskunnassamme kaikin tavoin ja pyrkiä muun muassa eri toimijoiden yhteistyötä hyödyntäen vahvistamaan raittiuteen liittyviä puhe- ja ajattelutapoja. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 58.) Tämä toiminnallinen opinnäytetyömme on myös yksi keino vaikuttaa tähän positiivisen kehityksen suuntaan ja antaa nuorille keinoja sekä ajattelemisen aihetta, miksi kannattaa valita mieluummin päihhteetön arki. Aikuisten vastuulla on huolehtia siitä, että yhteiskuntamme lapset ja nuoret valitsevat terveellisen ja turvallisen polun elämälleen.

6 TEORIASTA TOIMINTAAN

6.1 Toimijälähtöisyys ja osallisuus

Toimijälähtöisyys on ihmiskeskeistä kehittämistä. Tällä tarkoitetaan kehittämistä käyttäjien omista toimintaympäristöissä heidän tarpeisiinsa vastaten. Toimijälähtöiseen kehittämiseen osallistuvat palvelunkäyttäjien lisäksi kaikki toiminnassa mukana olevat tahot mutta päävastuussa ovat kehittäjät. Toimijälähtöisyydellä tavoitellaan käytännöllistä ratkaisua ja laajempaa yhteisöllistä muutosta. (Rantanen & Toikko 2009, 95-98 .) Kirkas koulumieli -hanketta ohjasi toimijälähtöisyys. Hankeprosessi lähti käyntiin lokakuussa 2015, kun otimme yhteyttä Kaakkurin yhtenäiskouluun ja sovimme yhteistyöstä heidän kanssaan. Kävimme koululla marraskuussa 2015 sopimassa opinnäytetyömme tarkemmista yksityiskohdista koulun apulaisrehtorin ja opettajan kanssa. Tästä käynnistyi toimijälähtöinen kehittämishanke.

6.2 Toimijuus ja osallisuus

Kun yksilö osallistuu toimintaan, hän ei vain toista rutiineja, vaan pyrkii erilaisten haasteiden ja vaikeuksien edessä tarkoituksen mukaisesti muuttamaan muun muassa käytäntöjään sekä sosiaalisia suhteitaan. Osallistumisen kautta ymmärrys omasta minästä muuttuu ja ihmiselle muodostuu käsitys itsestään toimijan roolissa. Toimijuudeksi kutsutaan tahtoa toimia aktiivisesti, kokea ja olla olemassa. Toimijuuteen voidaan liittää sellaisia sanoja kuten aktiivisuus, osallisuus, vapaaehtoisuus sekä voima ja taito valita itse toimintatavat. On merkityksellistä ymmärtää toimijuus myös yhteiskunnallisena ilmiönä, sillä se tukee arvoja, joihin nuoria tulisi kouluttaa sekä niitä seikkoja, joita työelämässä odotetaan. (Hilppö, Kumpulainen, Krokfors, Lipponen, Rajala & Tissari 2010, 23, 25.)

Koulussa toimijuutta voidaan tukea arvostamalla oppilaiden kokemuksia ja antamalla heille mahdollisuuksia käyttää muualta hankkimaansa osaamista. Myös oppilaiden omia kokemuksia vaikka harrastuksista voidaan käyttää tietolähteinä. (Hilppö ym. 2010, 53.) Psykososiaaliset taidot, kuten ihmissuhdetaidot, ongelmien ja ristiriitojen ratkaisutaidot ja kokemusten ilmaisutaito ovat hyvin pitkälle niitä asioita, joista lasten ja nuorten hyvinvointi koostuu. Kouluissa voidaan edistää näitä taitoja yhteisö- ja ryhmämuotoisilla tavoilla, joiden avulla lisätään lapsen vahvuuksia ja vahvistetaan

osallisuutta. Samalla lapsen yhteistyötaidot ja myönteiset tunteet kehittyvät. (Koivisto & Rautakoski 2013, viitattu 19.11.2015.) Kouluissa opettajan on mahdollista osallistaa oppilaitaan esimerkiksi toimintamahdollisuuksia laajentamalla. Myös tilan käyttämiseen liittyvien sääntöjen ja istumajärjestyksen muuttaminen antavat uusia mahdollisuuksia osallistamiseen. Kaikkien ryhmän jäsenten tasapuolista osallistumista ja toimijuutta voidaan edistää vastuuttamalla ryhmän jäseniä osallistamaan toisiaan. (Hilppö, Kumpulainen, Krokfors, Lipponen, Rajala & Tissari 2010, 51, 56.)

6.3 Osallisuuden tukeminen kehittämistoiminnassa

Kehittämistoiminta vaatii aktiivista osallistumista ja vuorovaikutusta perustuen dialogiin, jonka voimin eri osapuolet voivat tutkia kehittämistoiminnan perusteita, toimintatapoja ja tavoitteita. Kehittämistoiminnassa painotetaan osallisuuden merkitystä. Kehittämistoiminnan kannalta kaikkien siinä mukana olevien osallistumisesta on hyötyä, jotta tärkeimmät sidosryhmät ovat mukana suunnittelussa ja päätösten teossa heti hankevalmistelun alusta alkaen. Näin voidaan varmistaa kaikkien tahojen intressien ja tarpeiden huomioon ottaminen sekä yhteistyökumppaneiden sitoutuminen kehittämiseen. (Rantanen & Toikko 2009, 89-90.) Kirkas koulumieli -hankkeen tarkoituksena oli alusta asti luoda tiivis ja toimiva yhteistyösuhte yhteistyökumppanin kanssa. Olimme hankkeen eri vaiheissa sähköpostitse yhteydessä koululle, tapasimme luokan opettajaa ja tiedotimme hankkeemme etenemisestä. Yhteistyösuhteemme toimi moitteettomasti koko hankeprosessin ajan.

6.4 Kehittämistoiminnan suunnitteluvaihe

Kehittämishankkeemme käynnistyi ensimmäisestä yhteydenotosta Kaakkurin koululle lokakuussa 2015, jolloin sovimme tapaamisen marraskuulle 2015. Tapaamisessa kävimme läpi ideoitamme hankkeesta sekä koulun toiveita ja tarpeita. Tapaamisessa saimme varmuuden kehittämistarpeesta ja niin käynnistyi ideointivaihe. Ideointivaiheessa etsitään ongelman ratkaisua joko uudistamalla jo olemassa olevaa tuotetta vastaamaan käyttötarkoitusta tai käyttämällä erilaisia lähestymisiä ja työtapoja (Jämsä & Manninen 2000, 35). Suunnitellessamme Kirkas koulumieli -hankkeen toiminnallista osuutta tutkimme samalla jo olemassa olevia ehkäisevän päihdetyön toiminnallisia malleja ja materiaaleja. Vaikutteita hankkeeseemme otimme muun muassa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Sex, drugs & ... muita tärkeitä asioita nuorille –materiaalista (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013, viitattu 30.3.16). Siitä ja ehkäisevän päihdetyön EHYT ry:n opetusmateriaalista Smo-

kefree-rastirata (EHYT ry 2016, viitattu 30.3.16) saimme idean nuorille järjestettävään tietokilpailuun. Toimintaa suunnitellessamme vastaan tuli myös Änni-hanke, mikä on monen eri järjestön yhteisesti suunnittelema toimintamalli 5.-ja 6.luokkien päihdekasvatukseen (Innokylä 2016, viitattu 30.3.2016) sekä Suomen Punaisen Ristin toimintamateriaali En käytä -tukupaketti nuorten parissa työskenteleville (Suomen Punainen Risti 2013, viitattu 30.3.16). Kävimme tarkkaan läpi lapsille ja nuorille suunnattuja erilaisia ehkäisevän päihdetyön materiaaleja. Useat materiaalit oli suunnattu yli 12-vuotiaille nuorille, joten keskityimme tarkastelemaan niitä, jotka sopivat paremmin meidän hankkeemme ikäryhmälle. Valitut materiaalit päätyivät hankkeemme aineistoiksi, koska ne vastasivat siihen millaisesta toiminnasta hankkeessamme oli kyse ja lisäksi ne sopivat meidän tapamme työskennellä. Edellä mainittujen aineistojen ja yhteisen harkinnan pohjalta päädyimme tekemään osaksi omaa materiaalia ja käyttämään osaksi muiden toimijoiden materiaaleja. Tätä toimintatapaa kutsutaan nimellä benchmarking. Benchmarking tarkoittaa toimintatapojen ja suoritteiden vertaamista toisten toimijoiden suoritteisiin. Sen tavoitteena on tunnistaa menestys- ja laatekijät. (Jämsä & Manninen 2000, 37.)

Tammikuussa 2016 olimme sähköpostitse yhteydessä Kaakkurin koululle ja kerroimme väliaikatie-toja Kirkas koulumieli – hankkeemme etenemisestä. Helmikuussa 2016 olimme valinneet ne muiden toimijoiden materiaalit, joita hankkeessamme halusimme hyödyntää ja aloitimme luonnosteluvaiheen. Valitessamme toiminnallisen osuuden työtapoja oli tärkeää pitää mielessä kokoajan hankkeemme kohderyhmät ja hyödynsaajat. Luonnosteluvaihe käynnistyy, kun on päätetty millainen tuote aiotaan suunnitella ja valmistaa. Luonnosteluvaiheessa on tärkeää laatia asiakasprofiili, jossa käydään läpi asiakkaiden tarpeet ja odotukset. (Jämsä & Manninen 2000, 43-44.) 10-12-vuotiaan lapsen itsenäinen ajattelu on voimakkaassa kasvussa. He oppivat tekemisen kautta ja on tärkeää, että heille annetaan mahdollisuus osallistua ja tehdä asioita itse. Koululla onkin tärkeä rooli 10-12-vuotiaiden lasten kasvatuksessa tasapainottaa abstraktinen oppiaine konkreettisilla, käytännönläheisillä aineilla. (Dunderfelt 2011, 84.)

Luonnosteluvaiheessa oli aiheellista ottaa jälleen yhteyttä Kaakkurin koululle ja sopia tapaaminen yhteistyötä tekevän 6. luokan opettajan kanssa. Tarkoituksenamme oli keskustella opettajan kanssa tähänastisista suunnitelmistamme, kuulla opettajan mielipide ja tarvittaessa tehdä muutoksia, jotta hankkeestamme muotoutuisi juuri tarvetta vastaava ehkäisevän päihdetyön malli. Tarkoituksenamme oli myös sopia tarkemmista aikatauluista koskien toiminnallisen osuuden ja vanhempainillan toteuttamista Kaakkurin koululla keväällä 2016. Tapaaminen järjestyi maaliskuussa 2016.

Tapaamisessa esittelimme opettajalle useita vaihtoehtoja toiminnalliseen osuuteen, joista valitsimme yhteistyössä kohderyhmällemme parhaiten sopivat toteutustavat. Samalla sovimme tarkat aikataulut toteutuksen suhteen. Tapaamisessa sovimme, että alkuperäisestä suunnitelmasta huolimatta vanhempainiltaa ei pidetä. Sen sijaan kokoaisimme vanhemmille yhteenvedon, joka lähetetään heille koulun hallinto-ohjelma Wilman kautta. Opettajan mukaan näin tavoittaisimme koko kohderyhmän. Kuudesluokkalaisten vanhemmille oli ehditty järjestää kevään aikana jo yksi vanhempainilta, ja opettajan arvion mukaan vanhempien osallistuminen meidän järjestämään iltaan saattaisi olla vähäistä. Hetken pohdittuamme asiaa yhteenvedon tekeminen vaikutti meistäkin viisaalta ratkaisulta.

Alun perin suunnittelimme toiminnallisen osuuden 6. luokan oppilaiden kanssa koostuvan ryhmätyöskentelystä ja kartonkityöskentelystä mutta käytyämme ensimmäistä kertaa Kaakkurin koululla keskustelemassa opettajan ja apulaisrehtorin kanssa saimme vinkkejä toimivammista tavoista toteuttaa hanketta kuudesluokkalaisten kanssa. Kaakkurin 6. luokan opettaja ja apulaisrehtori toivoivat, että hankkeemme pääpaino olisi päihteissä ja nimenomaan huumeissa. Opettaja korosti oppilaiden lähtevän hyvin mukaan erilaisiin keskusteluihin. Opinnäytetyömme ohjaajat kehottivat meitä lähestymään aihettamme positiivisen kautta tukemalla kuudesluokkalaisten osallisuutta ja vahvistamalla heidän yhteishenkeä ja hyvinvointia. Mielestämme huumeista ja päihteistä puhuminen 6.luokkalaisille ei ole ajankohtaista, ja asiaa pohdittuamme päädyimmekin pitämään hankkeen pääpainon osallisuuteen tukemisessa ja päihteettömän nuoruuden hyödyissä.

Kun yritetään vaikuttaa päihteiden käytön vähentämiseen, syylistäminen ja moralisointi eivät kanna pitkälle, oli kohderyhmä minkä ikäistä tahansa. Nuorisolan ehkäisevän päihdetyön painopiste keskittyy kokonaisvaltaiseen elämänhallintaan terveyshaittojen ja riskitekijöiden korostamisen sijaan. Nuorten kanssa ehkäisevää päihdetyötä voidaan tehdä vaikka päihteistä ei puhuttaisi lainkaan. (Pylkkänen, Viitanen & Vuohelainen 2009, 3,13.) Vaikka Kirkas Koulumieli -hankettamme ohjasi ennen kaikkea toimijalähtöisyys, päätimme yhdistää sekä hankkeemme yhteistyötahon toiveet että ohjaavien opettajiemme kehotukset. Näin saimme aikaan kokonaisuuden, joka tyydytti meitä kaikkia ja josta ennen kaikkea hankkeemme hyödynsaajat eli oppilaat ja heidän vanhempansa saivat mahdollisimman paljon irti.

6.5 Toiminnan toteutus

Järjestimme kaksi 60 minuutin oppituntia huhtikuussa 2016 Kaakkurin 6. luokalle. Luokassa oli 24 oppilasta. Ensimmäisen tunnin pidimme maanantaina 18.4.2016 ja toisen keskiviikkona 20.4.2016. Ensimmäisen oppitunnin päätavoitteena meillä oli oppilaiden osallisuuteen tukeminen. Oppitunti koostui esittäytymisestä, mielikuvakartasta ja draamaharjoituksista. Esittäytymisen tavoitteena oli kertoa oppilaille, keitä olemme, mistä tulemme ja mikä Kirkas koulumieli-hanke on. Esittäytyttyämme mukavan ilmapiirin luomiseksi pyysimme kaikkia oppilaita nousemaan ylös. Luettelimme positiivisia ominaisuuksia, ja jokainen sai istua kuultuaan omasta mielestään itseä koskevan ominaisuuden. Halusimme tehtävän avulla korostaa sitä, että vaikka me kaikki olemme erilaisia, meistä kaikista löytyy hyviä ominaisuuksia, ja jokainen on hyvä juuri sellaisena kuin on. Mielikuvakartan tavoitteena oli johdatella oppilaat tunnin aiheeseen ja saada heidät kiinnostumaan oppitunnin tehtävistä. Teimme mielikuvakartan luokahuoneen liitutaululle. Kirjoitimme taululle sanan ”päihteet” ja ”raittius”. Oppilaat saivat vapaasti huudella asioita, joita heillä tuli mieleen edellä mainituista sanoista ja kirjasimme ne taululle ylös. Lopuksi keskustelimme esiin nousseista sanoista. Aivan aluksi meidän piti selittää oppilaille, mitä sana raittius tarkoittaa. Kerroimme sen vastaavan sanaa päiheteettömyys. Totesimme sanan olevan vanhanaikainen eikä ihme, että luokan oppilaat eivät sitä heti ymmärtäneet. Oppilailta tuli hyviä kommentteja sanan ”päihteet” alle, esimerkiksi ”huumeet”, ”ahdistava olo” ja ”koukkuun jääminen”. He tuntuivat hyvin tietävän, mitä päihteet ovat ja mitä negatiivisia asioita niiden käytöstä voi seurata. Sanan ”raittius” ympärille tuli puolestaan positiivisia asioita kuten ”ystävien tuki”, ”hyvä mieli” ja ”jaksaminen” selitettyämme ensin oppilaille sanan merkityksen.

Mielikuvakartan jälkeen siirryimme draamaharjoituksiin (Liite 1). Jaoimme oppilaat ensin neljään ryhmään. Emme antaneet heidän itse valita ryhmiä vaan jaoimme heidät sattumanvaraisiin ryhmiin. Jokaiselle ryhmälle jaettiin aihe, josta he saivat tehdä pienoisanalytman. Näytelmien aiheina olivat erilaiset päihdentarjontatilanteet, joihin nuoret saattavat joutua niin koulussa kuin vapaa-ajalla. Draamaharjoitusten tavoitteena oli saada oppilaat tuottamaan vuorovaikutuksessa toistensa kanssa erilaisia tapoja kieltäytyä päihteistä. Esitysten jälkeen keskustelimme tilanteista ja oppilaat saivat kommentoida toistensa näytelmiä ja esittää vaihtoehtoisia ratkaisutapoja näyteltyihin tilanteisiin. Kaikki oppilaat lähtivät mukaan näytelmiin ja näytelmistä syntyi mukavasti yhteistä keskustelua. Näytelmien jälkeen palasimme vielä hetkeksi mielikuvakarttaan ja annoimme oppilaille mahdollisuuden täydentää sitä, mikäli heillä oli tullut tunnin aikana uusia ajatuksia päihteistä tai raittiudesta. Oppitunnin lopuksi oppilaat saivat kotitehtävän, joka koostui kuudesta kysymyksestä (Liite 2). Pyysimme oppilaita miettimään vastauksia kysymyksiin mitä vanhempiesi pitäisi tietää sinun

ikäisesi vapaa-ajasta, mitä ajattelet tupakoinnista ja alkoholinkäytöstä omalla asuinalueellasi, kenen mielestäsi pitäisi puuttua nuorten päihteidenkäyttöön, mistä alkoholiin tai tupakkaan liittyvästä asiasta haluaisit jutella aikuisen kanssa, miten vanhempasi voisivat mielestäsi tukea sinua kieltäytymään päihteistä, ja onko mielessäsi jotain aiheeseen liittyviä terveisiä, joita haluaisit kertoa vanhemillesi (nimettömänä). Kysymysten avulla halusimme selvittää oppilaiden ajatuksia päihteistä ja he saivat vastata kysymyksiin nimettöminä. Kysymykset otimme suoraan Änni-hankkeesta (Innokylä 2016, viitattu 30.3.2016). Kotitehtävän tavoitteena oli myös kerätä tietoa vanhemmille tehtävää yhteenvetoa varten. Materiaalin ensimmäiselle oppitunnille olimme koonneet Suomen Punaisen Ristin toimintamateriaali En käytä – tukipaketista (Suomen Punainen Risti 2013, viitattu 30.3.2016). Mielestämme saavutimme ensimmäisen oppitunnin tavoitteen hyvin. Alkuun oppilaat jännittivät, mutta esittelyn ja mielikuvakartan jälkeen ilmapiiri oli selvästi rentoutunut ja oppilaat lähtivät reippaasti mukaan draamaharjoituksiin.

Toisen oppitunnin pidimme saman viikon keskiviikkona. Ajattelimme, että oppilailla oli hyvä olla vähintään yksi päivä välissä aikaa sulatella tuntien aihetta ja tehdä antamamme kotitehtävä. Aivan tunnin alussa keräsimme ensimmäisellä tunnilla antamamme kotitehtävät. Toinen oppitunti koostui tehtävästä Jos kaveri käyttää kenelle kerron, itse kehittämistämme case-tehtävistä ja tietokilpailusta. Tunnin pää tavoitteena oli aktivoida oppilaita miettimään päihteettömän nuoruuden hyötyjä ja vahvistaa heidän uskallustaan kieltäytyä päihteistä. Heti tunnin aluksi huomasimme, että oppilaat olivat vapautuneempia kuin ensimmäisellä tunnilla. Aloitimme tunnin tehtävällä Jos kaveri käyttää kenelle kerron. Sen tavoitteena oli, että jokainen löytäisi itselleen jonkun luotettavan aikuisen, jolle kertoa mieltä painavista asioista. Jaoin oppilaat jälleen sattumanvaraisesti neljään ryhmään ja jokainen ryhmä sai kartongin, johon oli kirjattu ryhmän aihe. Aiheita olivat koulu, koti/perhe, harrastukset sekä muut, kuten viranomaiset. Oppilaiden tehtävänä oli kirjoittaa kartongille omaan aihealueeseen liittyviä henkilöitä, joille he voisivat tarpeen tullen kertoa mieltään painavista asioista. Annoimme ryhmille aikaa miettiä tehtävää 10-15 minuuttia ja kävimme auttamassa tehtävän teossa, mikäli vaikutti siltä, että joku ryhmä tarvitsi apua. Lopuksi jokainen ryhmä sai esitellä oman aiheensa ja kertoa, ketä luotettavia aikuisia heillä oli tullut aiheestaan mieleen. Muut oppilaat saivat halutessaan täydentää muiden kartonkeja. Kaikki ryhmät löysivät aihealueensa alle luotettavia aikuisia, esimerkkeinä ”opettaja”, ”vanhemmat” ja ”koulupoliisi”.

Seuraavaksi siirryimme case-tehtäviin (Liite 3). Case-tehtävien tavoitteena oli saada oppilaat pohtimaan päihteettömän nuoruuden hyötyjä ja sitä, mikä on vanhempien rooli ja vaikutus nuoren valinnoissa. Tarkoituksena oli myös, että oppilaat pohtivat omaa vastuutaan valintoja tehdessään

sekä kaveripaineen merkitystä. Olimme keksineet kaksi erilaista tarinaa, jotka olimme kirjoittaneet PowerPointille. Heijastimme ensimmäisen tarinan valkokankaalle oppilaiden nähtäville ja luimme sen myös ääneen. Välillä keskeytimme tarinan ja esitimme tarinaan liittyviä kysymyksiä. Olimme päättäneet, että jätämme toisen tarinan kokonaan läpikäymättä, mikäli vaikuttaisi siltä, että aika loppuu kesken. Oppilaat olivat kuitenkin niin innoissaan ensimmäisestä tarinasta, että emme malttaneet jättää toista läpikäymättä vaikka tietokilpailulle jäikin aika niukasti aikaa. Kävimme toisen tarinan samalla tavalla läpi välillä keskeyttäen sen ja esittämällä kysymyksiä. Oppilaat uppoutuivat todella mukavasti tarinan sisältöihin ja vastailivat innokkaina kysymyksiin.

Viimeisenä meillä oli ohjelmassa tietokilpailu (liite 4), joka piti käydä suhteellisen nopeasti läpi tiukan aikataulun vuoksi. Tietokilpailun tavoitteena oli antaa oppilaille faktatietoa päihteistä ja päihteisiin liittyvistä asioista. Ajattelimme, että tietokilpailu olisi oppilaille mieluinen tapa oppia sekä mukava päätös toiminnalle. Olimme oikeassa, sillä tietokilpailu herätti selvää innostuneisuutta ja hymyä oppilaiden huulilla. Kysymykset ja vastaukset olimme koonneet Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Sex, drugs & ... muita tärkeitä asioita nuorille – materiaalista (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013, viitattu 30.3.2016). Valitsimme tietokilpailuun ne kysymykset, jotka mielestämme sopivat parhaiten kohderyhmällemme. Tietokilpailuun oppilaat saivat vastata niissä pöytäryhmissä, joissa he valmiiksi jo istuivat. Kysymyksiä oli yhteensä kahdeksan. Kun kaikki ryhmät olivat vastanneet kysymyksiin, kävimme kysymykset ja oikeat vastaukset läpi yhdessä. Tärkeintä tietokilpailussa ei ollut oppilaiden oikeat vastaukset vaan se, että oppilaat oppisivat heille kerrottujen oikeiden vastausten kautta hieman faktatietoa päihteistä. Palkitsimme jokaisen oppilaan karkkipalkinnolla ja kiitimme osallistumisesta oppitunneillemme. Oppituntien sisällöistä esiin nousevista asioista kokosimme yhteenvedon vanhemmille (liite 7), jonka luokan opettaja lähetti heille koulun hallinto-ohjelma Wilman kautta.

7 KOTITEHTÄVÄN JA PALAUTTEIDEN ANTI

Vastauksia kotitehtävään saimme 18 kpl. Vastauksista kävi ilmi muun muassa se, että lähes kaikkien oppilaiden mielestä vanhempien on hyvä tietää missä ja kenen kanssa heidän ikäisensä viettävät vapaa-aikaa. Niin kotitehtävän vastauksista kuin oppituntien aikana keskustellessamme oppilaiden vastauksista nousi esille toive keskustella vanhempien kanssa päihteistä ja niiden haittoista. Aiheesta puhumista kotona kaikki oppilaat pitivät tärkeänä. Suosituimpia vastauksia siihen, kenen pitäisi puuttua nuorten päihteidenkäyttöön, olivat vanhemmat ja opettajat. Vastauksista nousi selvästi esille se, kuinka päihteistä ja niiden vaaroista keskusteleminen kotona vanhempien kanssa voisi auttaa nuoria kieltäytymään päihteistä. Aihe selvästi kiinnostaa nuoria ja siitä on tarvetta keskustella.

”Vanhempien pitäisi tietää että ketä on mun ystäviä ja mitä minä teen vapaa-ajalla”.

”Vanhemmat voisivat olla aina tukena siinä, että uskaltaa kieltäytyä”.

Vanhemmilta toivottiin aktiivisempaa otetta, ja vastausten mukaan vanhempien näyttämällä esimerkillä ja kotona käydyillä keskusteluilla on suuri vaikutus nuorten asenteisiin. Vastausten mukaan oppilaat haluaisivat keskustella aikuisten kanssa esimerkiksi alkoholin yliannostuksesta, siitä miten päihteisiin voi jäädä koukkuun, päihteiden käyttämisestä julkisilla paikoilla ja siitä, kuinka vaarallista päihteidenkäyttö on ja mitä siitä voi seurata.

”Miksi päihteitä valmistetaan?”

”Vanhempani voisivat kertoa omia kokemuksiaan päihteistä ja siitä miten he ovat kieltäytyneet tai kuinka he olisivat kieltäytyneet”.

Kirjallisella palautelomakkeella kysyimme oppilailta millaiseksi koit pitämiemme oppituntien ilmapiiirin, millaisia uusia keinoja kieltäytyä päihteistä sait oppituntien sisällöistä, löysitkö tehtävien avulla itsellesi luotettavan aikuisen, jolle kertoa mieltä painavista asioista, mitä hyötyä on mielestäsi päihteettömästä nuoruudesta, miten koet kavereidesi vaikuttavan päihteiden käyttöösi/päih-

teettömyyteesi ja opitko pitämiemme tuntien aikana jotain uutta ja jos opit, mitä (Liite 5). Muotoilimme kysymykset niin, että emme saisi pelkkiä ”kyllä” ja ”ei” vastauksia vaan halusimme laajempia vastauksia, joista välittyisi oppilaiden mielipiteet. Palautteita saimme yhteensä 21 kappaletta. Saamamme palautteen mukaan ilmapiiri tunneilla oli pääasiassa hyvä, toisella tunnilla selvästi parempi ja rennompia kuin ensimmäisellä tunnilla.

”Se oli ihan mukavaa. Oli mukava olla ja kivat pitäjät”.

”Tunneilla oli kivaa ja ne olivat hyvin järjestettyjä”.

”Eka tunti oli aika tylsä ja toinen oli hauska”.

Itse koimme, että sen ajan puitteissa mikä meillä oli käytettävissämme, tunnint onnistuivat kaikin puolin hyvin ja oppilaat lähtivät reippaasti mukaan tehtäviin ja ryhmittöihin. Oppilaiden palautteista nousi esiin muun muassa se, että lähes jokainen vaikutti ymmärtävän mitä hyötyjä päiheteetömästä nuoruudesta on. Suurin osa oppi jotain uutta tuntiemme aikana joko tietokilpailun tai muun tehtävän kautta. Palautteiden mukaan osa oppilaista oppi uutta faktatietoa päiheteistä, etenkin tupakasta ja sen sisältämistä kemikaaleista tietokilpailun kautta. Osa kertoi oppineensa tunneillamme uusia tapoja kieltäytyä päiheteistä.

”Sain vahvuutta että kannattaa kertoa vaikka kaverin vanhemmille”.

”Voi sanoa ’ei’ ja lähteä pois paikalta. Voi myös ottaa puhelimen ja sanoa ’äiti soittaa’ ja puhua muka puhelimesta ja lähteä pois paikalta”.

”Opin että miten kieltäytyä päiheteistä”.

Joistakin vastauksista kävi ilmi, että juuri uutta asiaa oppitunneillamme ei tullut, koska kotona ja koulussa on jo puhuttu päiheteisiin liittyvistä asioista. Palautteista välittyi kuitenkin vahvasti se, että oppitunnit olivat olleet mukavia ja tarpeellisia. Opitko tuntiemme aikana jotain uutta - kysymykseen yksi oppilaista oli vastannut ”enpä juuri uutta mutta hyviä neuvoja”. Aikaa olisi silti saanut olla enemmän ja etenkin tietokilpailun jouduimme käymään hyvin nopeasti läpi.

Opettajalta kysyimme kirjallisella palautelomakkeella miten mielestäsi yhteistyösuhteemme toimi Kirkas koulumieli – hankkeen aikana, miten mielestäsi toteutimme ennalta sovittuja suunnitelmia oppituntien aikana, miten mielestäsi Kirkas koulumieli – hanke tukee lasten osallisuutta ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta ja viimeisessä kohdassa opettaja sai kirjoittaa vapaasti palautetta (Liite 6). Opettajan palautteesta välittyi tyytyväisyys hankkeeseemme ja sen ajankohtaisuuteen. Myös opettajan mukaan tunneilla ”oli positiivinen vire”. Opettajalta saimme myös suullista palautetta toisen tunnin jälkeen. Kritiikkiä saimme ainoastaan siitä, että kaikki oppilaat eivät välttämättä saaneet puheenvuoroa silloin kun olisivat halunneet. Luokassa oli muutamia oppilaita, jotka olivat aktiivisempia kuin toiset, joten huomiomme kiinnittyi enemmän heihin, koska he eivät aina viittaneet puheenvuoron saamiseksi. Vaikka yritimme huomioida koko luokkaa, joidenkin oppilaiden hento viittaus saattoi jäädä meiltä huomaamatta. Jos aikaa olisi ollut enemmän, olisimme varmasti edenneet rauhallisemmin ja antaneet enemmän aikaa kaikille halukkaille sanoa mielipiteensä. Toisaalta olimme kuitenkin tyytyväisiä siihen, että varsinkin toisella oppitunnilla ilmapiiri oli vapautunut ja osa oppilaista oli hyvin innokkaina mukana keskusteluissa. Toisen oppitunnin lopuksi saimme kuulla eräältä oppilaalta, että olisimme tervetulleita takaisin koska vaan.

Vanhempien osalta opinnäytetyömme tarkoitus ei täyttnyt, sillä saimme vain yhden vastauksen palautekysymykseemme. Yhteenvedossa, jonka lähetimme oppilaiden vanhemmille (liite 7), kerroimme tiivistettynä hankkeemme tarkoituksen, oppituntien sisällöt ja mielestämme tärkeimmät asiat, jotka nousivat esille keskustellessamme oppilaiden kanssa. Yhteenvedon lopussa pyysimme vanhempia vastaamaan kysymyksiin onko tämän tyyppiset, ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta pidetyt oppitunnit mielestäsi tarpeellisia kuudesluokkaisille, koitko saavasi tarpeellista tietoa tästä yhteenvedosta ja saitko tämän yhteenvedon luettuasi vinkkejä siihen, kuinka omalla toiminnallasi voisit tukea lastasi päihteettömyyteen ja jos sait, niin minkälaisia. Annoimme vanhemmille viikon aikaa vastata yhteenvetomme lopussa oleviin kysymyksiin keskusteltuamme myös opettajan kanssa asiasta. Harmillisesti saimme vain yhden palautteen. Tästä yhdestä palautteesta tuli vahvistusta kuitenkin muun muassa sille, että ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta pidetyt oppitunnit ovat tarpeellisia kuudesluokkalaisille. Vastaaja oli saanut myös yhteenvetomme kautta vinkkejä siihen, mistä päihteisiin liittyvistä asioista olisi hyvä puhua useammin kotona lapsen kanssa.

7.1 Vahvuudet ja riskit

Vahvuudet (nykyhetki)	Mahdollisuudet (tulevaisuus)
Uhkien ennakointi ja varhainen puuttuminen Nuoria motivoiva tapa käsitellä asioita Yhteistyökumppanin myönteinen asenne Toiminnallisuus	Toimintamallin kehittäminen Vaikuttamisen lisääntyminen Vanhempien aktivointi Toiminnan laajentaminen
Heikkoudet (nykyhetki)	Uhat (tulevaisuus)
Oppilaiden/vanhempien vähäinen kiinnostus Toiminta vain yhdelle luokalle Resurssien puute koululla	Resurssien puute koululla Yhteistyökumppaneiden saaminen Vanhemmat eivät aktivoidu

Yllä oleva SWOT- analyysi toimii hyvänä oppimisen arvioinnin välineenä. Valitsimme SWOT-analyysin tukemaan arviointiamme ja analyysiämme työmme vahvuuksista, heikkouksista sekä mahdollisuuksista ja tulevaisuuden haasteista. (Opetushallitus 2016, viitattu 6.12.2016.) Yksi hankkeemme vahvuuksista oli ehdottomasti yhteistyöluokkamme opettajan myönteinen asenne. Hän toi mielipiteitään toiminnastamme esille jo suunnittelu vaiheessa ja kannusti meitä kaikissa vaiheissa. Vahvuutena koimme myös sen, että Kaakkurin yhtenäiskoululla oltiin kanssamme yhtä mieltä siitä, että kuudesluokkalaiset ovat hyvä kohderyhmä ehkäisevälle päihdetyölle. Voidaan puhua varhaisesta puuttumisesta ja uhkien ennakoinnista. Lisäksi kuudesluokkalaiset olivat hyvä kohderyhmä toiminnalliseen tapaan käsitellä oppituntiemme aiheita, sillä he motivoituivat osallistumaan ja pohtimaan asioita sekä omien valintojensa vaikutuksia.

Riskinä hankkeessamme oli muun muassa se, että kuudennen luokan nuoret eivät innostu järjestämästämme toiminnasta tai he eivät lähde mukaan yhteisiin keskusteluihin. Tällöin olisi ollut mahdollista, että oppitunnit epäonnistuvat emmekä olisi saavuttaneet tavoitteitamme. Palautteiden mukaan suurin osa oppilaista oli tyytyväisiä pitämiimme tunteihin ja tunneilla he lähtivät aktiivisesti keskusteluihin mukaan. Vanhemmille tehdyn yhteenvedon riskinä oli se, että vanhemmat eivät perehdy yhteenvetoon ja jäämme ilman vanhempien palautevastauksia. Luotimme kuitenkin vanhempien mielenkiintoon yhteenvetoamme kohtaan, sillä siitä välittyi vanhemmille heidän lastensa näkökulma päihteisiin. Teimme yhteenvedosta tarkoituksella tiiviin paketin sisältäen meidän mieles-

tämme vain tärkeimmät asiat, jotta se olisi suhteellisen nopeasti ja helposti luettavissa. Se ei kuitenkaan auttanut, sillä vanhempien osallisuus hankkeessamme jäi hyvin olemattomaksi. Emme tavoittaneet vanhempia yhteenvedon avulla haluamallamme tavalla, mikä on harmillista. Myös oppilaat toivoivat palautteissaan vanhemmilta aktiivisempaa otetta. Toivomme kuitenkin, että vanhemmat lukivat yhteenvetomme vaikka eivät siihen palautetta antaneetkaan ja että viimeistään tämä valmis opinnäytetyö tavoittaisi heidät.

Yhtenä riskinä hankkeessamme oli myös ajankäyttö ja lähinnä sen puute toiminnallisia oppitunteja ajatellen. Vaarana oli, että aika ei tulisi riittämään kaiken materiaalin läpikäymiseen. Jos niin olisi käynyt, se olisi luonut kiireisen ilmapiirin eikä asioita olisi ehditty käsitellä tarpeeksi kattavasti. Suunnittelimme toiminnallisen kokonaisuuden hyvin ja mikäli olisi näyttänyt siltä, että aika ei riitä, olisimme jättäneet jonkin tehtävän kokonaan pois ennalta tehdyn suunnitelman mukaisesti. Olimme päättäneet oppituntien sisällöt etukäteen luokan opettajan kanssa, ja opettajan näkemyksen mukaan ne olivat kohderyhmälle sopivia ja aikataulu sisältöön nähden riittävä. Ehdimme toteuttaa kaikki tehtävät niin kuin olimme suunnitelleet, ainoastaan tietokilpailulle ei jäänyt niin paljon aikaa kuin olisimme halunneet. Palautteista ei kuitenkaan millään tavalla välittynyt kiire tai hätäinen ilmapiiri, joten voimme olla tyytyväisiä toteutukseen.

7.2 Eettisyyden, toiminnan ja luotettavuuden arviointi

Opinnäytetyön oppimisprosessiin kuuluu opinnäytetyön kokonaisuuden arviointi, ja tutkiva asenne kuuluu toiminnallisen opinnäytetyön prosessiin oleellisena osana. On tärkeää osata perustella valinnat hyödyntäen oman alan kirjallisuutta. (Airaksinen & Vilka 2004, 154.) Tietoperustaan keräsimme vain oleelliset asiat aiheeseemme liittyen ja tutkimuksista halusimme nostaa esiin ne, jotka mielestämme koskivat eniten kohderyhmämme ikää. Arviointimenetelminä käytimme havainnointia, suullista palautetta ja palautelomakkeita. Havainnoimme luokan ilmapiiriä ja oppilaiden osallistumista oppituntien aikana. Toisen oppitunnin jälkeen jaoimme oppilaille ja opettajalle palautelomakkeet, joissa oli opinnäytetyömme tavoitteisiin strukturoidut kysymykset. Jätimme palautelomakkeet koululle täytettäväksi, jotta oppilailla olisi riittävästi aikaa vastata kysymyksiimme, ja kävimme hakemassa palautteet erikseen sovittuna aikana. Oman arvioinnin lisäksi on hyvä kerätä palautetta kohderyhmältä, jotta tavoitteiden saavuttamista voitaisiin paremmin arvioida (Airaksinen & Vilka 2004, 157). Opettajalta saimme myös suullisen palautteen toisen oppitunnin jälkeen. Vanhemmilta pyysimme palautteen yhteenvedosta sähköpostitse.

Mielestämme opinnäytetyömme vakuuttavuutta lisää työn johdonmukaisuus ja eri vaiheiden perustelu. Olemme koko prosessin ajan muokanneet työtämme annetun palautteen perusteella lukijalle selkeämmäksi. Aina muokkauksia tehdessämme tarkastelimme omaa tekstiämme kriittisesti ja arvioimme ja pohdimme saamaamme palautetta eri näkökulmista. Pidimme koko prosessin ajan mielessämme, että hanke on meidän kehittämämme. Halusimme lopputuloksen vastaavan meidän näkökulmaamme ja sen vuoksi palautteesta huolimatta teimme koko ajan itse lopulliset päätökset toteutuksen suhteen. Toimintaa suunnitellessamme pohdimme eri tapoja, miten saisimme siitä mahdollisimman osallistavan ja asiakaslähtöisen kokonaisuuden kohderyhmällemme. Opinnäytetyön tarkoituksena on olla sekä ammatillisesti kiinnostava että kohderyhmälensä merkittävä (Aira-Räsänen & Vilka 2004, 157). Päädyimme käyttämään vain sellaisia käsitteitä ja toiminnallisia osuuksia, jotka tiesimme sopivan 6.luokkalaisille. Pidimme kaiken toiminnan mahdollisimman käytännönläheisenä, jotta nuoret saisivat hyvän kokemuksen osallisuudesta.

Eettinen pohdinta ja tarkastelu kulki mukanaamme koko hankeprosessin ajan. Eettisyys on ennen kaikkea asiakkaan kunnioittamista ja asiakkaan tarpeista lähtemistä. Muun muassa asiakkaan itsemääräämisoikeus, asiakkaan yksityisyys ja osallisuuden edistäminen kuuluvat sosiaalialan keskeisimpiin arvoihin. (Hovi-Pulsa, Rantanen, Rouhiainen-Valo & Tietäväinen 2010, 17.) Halusimme kunnioittaa vilpittömästi Kirkas koulumieli-hankkeeseen osallistuneita nuoria ja heidän vanhempiaan. Jotta hankkeessa mukana olleen kohderyhmän anonyymiyys säilyisi, emme missään vaiheessa hanketta halunneet yksilöidä yhteistyökumppanimme toiminutta Kaakkurin yhtenäiskoulun 6. luokkaa. Ryhmätehtäviin osallistuminen tunneilla oli meidän osaltamme vapaaehtoista. Opinnäytetyöprosessin ajan pidimme yhteistyökumppanin ajan tasalla työn etenemisestä ja noudatimme yhteisiä sopimuksia sovitusti. Suunnitteluvaiheessa toteutimme sosiaalialan ammattietiikkaa niin, että työn lähtökohtana olivat asiakkaan tarpeet ja pyrimme laatimaan toteutuksen ne huomioita ottaen. Aiheen ollessa ehkäisevä päihdetyö kävimme useita keskusteluja keskenämme, ohjaajien kanssa sekä luokan opettajan kanssa siitä, minkälainen materiaali on eettisesti sopivaa kuudesluokkalaisille ja minkälaisesta toiminnasta 12 vuotiaat voivat hyötyä edellä mainitun aiheen pohjalta.

8 POHDINTA

Opinnäytetyön tekeminen oli pitkä prosessi, joka sisälsi niin onnistumisen kokemuksia kuin myös haasteita. Alussa meillä oli hieman vaikeuksia aiheen valinnan kanssa. Sosiaalialan ammattilaisina meitä huolestutti nuorten myönteisyys päihteitä kohtaan. Saimme ajatuksen toiminnallisista ehkäisevän päihdetyön oppitunneista. Uskomme, että toiminnan avulla asiat jäävät paremmin nuorten mieleen, ja toiminnallisuus tuo kaivattua vaihtelua nuorten päihdekasvatukseen. Niin päädyimme toteuttamaan tämän opinnäytetyön 6. luokkalaisille ajatuksena, että tuossa iässä nuorille ei ole vielä päihdemyönteisyyttä kehittyntä. Halusimme ottaa ohjenuoraksemme ennaltaehkäisevän päihdetyön näkökulman lisäksi hyvinvoinnin lisäämisen näkökulman. Kiire ja kilpailu voivat vaikuttaa negatiivisesti hyvinvointiin. Kouluissa tulisi panostaa entistä enemmän vuorovaikutukseen, keskusteluihin ja aitoon kuuntelemiseen sekä tunne-elämää ja mielikuvitusta ravitsevaan toimintaan kilpailun ja testimenestykseen pyrkimisen sijaan. (Paalasmaa 2014, 188-189.)

Kuudesluokkalaiset opiskelevat oppitunneilla muun muassa mitä ovat huumeet, alkoholi ja tupakka ja mitä ne voivat ihmiselle aiheuttaa. Näin meille kertoi oma jälkikasvumme. On kuitenkin hyvin paljon opettajasta kiinni, miten nämä asiat käsitellään. Sen lisäksi oppilashuolto voisi panostaa ehkäisevään päihdetyöhön niin yksilö- kuin yhteisötasolla. Koimme, että yhteistyökumppanimme oli aktiivisesti mukana opinnäytetyöprosessissamme ja aidosti kiinnostunut aiheesta ja nuorten hyvinvoinnista. Se osaltaan piti myös meidän tarmoa yllä ja koimme tekevämme tärkeää työtä toiminnallista kokonaisuutta suunnitellessamme. Yhteistyökumppania etsiessämme tarjosimme kaikille Kaakkurin yhtenäiskoulun 6. luokille mahdollisuutta osallistua opinnäytetyöhömmme. Tuossa vaiheessa vain yksi luokka lähti yhteistyöhön kanssamme. Hankeprosessin edetessä yhteistyöluokkamme opettaja toi esille, että kiinnostusta hankettamme kohtaan oli ilmennyt myös muissa Kaakkurin yhtenäiskoulun 6. luokissa. Opinnäytetyösuunnitelmamme oli kuitenkin jo koulullamme hyväksytty ja aikataulut sovittu, joten jouduimme kieltäytymään yhteistyöstä muiden luokkien kanssa. Mielestämme kiinnostus hankettamme kohtaan kertoi siitä, että hankkeemme aihe oli tärkeä ja ajankohtainen ja sille olisi ollut enemmänkin tarvetta. Kirkas koulumieli -hankkeen materiaalit ovat kuitenkin Kaakkurin yhtenäiskoulun käytettävissä, joten halutessaan luokan opettajat voivat itse toteuttaa oppitunnit.

Toiminnallisista oppitunneista halusimme tehdä sellaisia, joihin nuoret lähtisivät innokkaina mukaan. Sen vuoksi kokosimme moniammatillisen tiimin pohtimaan kanssamme oppituntien sisältöjä.

Vinkkejä toteutukseen saimme ohjaavilta opettajiltamme, Kaakkurin yhtenäiskoulun apulaisrehtorilta ja yhteistyökumppanina toimineen 6. luokan opettajalta. Halusimme myös saada laajan käsityksen luokan oppilaista ja siitä, minkälaisista asioista he olivat jo keskustelleet tunneilla ja minkälaisia asioita opettaja toivoisi meidän nostavan tunneilla esille. Jälkeenpäin olemme pohtineet, olisimmeko saaneet muokattua tunteja vielä enemmän oppilaiden tarpeita vastaaviksi, mikäli tiimisämme olisi ollut mukana myös oppilaiden edustaja.

Oppituntien pitäminen oli mukavaa, mielenkiintoista ja ennen kaikkea erinomainen oppimiskokemus ryhmän vetämisestä. Oppilailta saamamme palautteen mukaan meille tuli tunne siitä, että hankkeemme oli onnistunut ja kohderyhmä aiheeseen juuri sopiva. Aluksi mietimme, ovatko kuudesluokkalaiset vielä liian nuoria ehkäisevän päihdetyön oppitunneille mutta luokan opettaja vahvisti ajatuksemme vääräksi lähtiessään luokkansa kanssa yhteistyöhön kanssamme. Palaute, jonka oppilailta saimme, vahvisti käsitystämme siitä, että osalla kuudesluokkalaisista ei ole vielä mitään tekemistä päihteiden kanssa mutta joukossa on myös nuoria, jotka ovat joko nähneet päihteidenkäyttöä kotona tai kokeilleet niitä itse. Mielestämme juuri tässä ikävaiheessa ehkäisevä päihdetyö ja hyvinvoinnin korostaminen ovat erityisen tärkeässä asemassa, kun päihteet eivät vielä varsinaisesti kuulu nuoren elämään. Uskomme ehkäisevän päihdetyön olevan yksi väylä vaikuttaa nuorten asenteisiin ja päihdemyönteisyyden kehittymiseen.

Ammatillisesti on tärkeää, että työntekijä pystyy tunnistamaan ja kyseenalaistamaan esimerkiksi sosiaalisen median vaikutukset niin yhteiskunnassa kuin yksilön elämässä. Sosiaalisen median kautta päihteet ovat hyvin vahvasti läsnä yhä nuorempien elämässä. Nuorten kanssa tulisi keskustella median vaikutuksista asenteisiin ja painottaa hyvinvointia, oman itsensä arvostamista ja jokaisen ihmisen itsemääräämisoikeuksia. Nuorten kanssa työskenneltäessä on myös tärkeää tunnistaa nuoren oman kehityksen mukana tuoma uteliaisuus päihteitä kohtaan. Päihdeasioista keskusteltaessa on tärkeää antaa nuorelle tilaa ja aikaa kertoa asiat omin sanoin eikä täydentää keskustelua työntekijän tietämyksellä. Opinnäytetyöprosessin aikana oivalsimme, että ehkäisevä päihdetyö ei ole paikkasidonnaista, vaan olemme itsekkin tehneet sitä kaikkialla lasten ja nuorten kanssa työskennellessämme.

Lapsen arvokasvattaminen liittyy lapsen muuhun kasvuun ja kehitykseen. Arvojen löytäminen ja niistä kiinnipitäminen on elämän haastavimpia ja keskeisimpiä seikkoja. Arvot kertovat meille mistä muodostamme elämämme suuntaviivat, joita seuraamalla elämme hyvää elämää. Lapselle täytyy opettaa objektiivisia perusarvoja, joita ovat muun muassa elämän kunnioittaminen ja suojeleminen.

Lisäksi lapsen on tärkeää kuulla myös subjektiivisista arvoista. Näin lapsi voi rakentaa omaa arvo-
maailmaansa. Subjektiivisia arvoja ovat muun muassa rehellisyys, avoimuus ja luotettavuus. (Mat-
tila 2011, 118-119.)

Opimme prosessin aikana ryhmän vetämisestä ja siitä, kuinka haasteellista suuren ryhmän vetä-
misessä on ottaa kaikki ryhmäläiset huomioon. Siinä korostuu ennen kaikkea sosionomin asiakas-
työn osaaminen, mikä on yksi sosionomien kompetensseista. Kuuntelun ja keskustelun ohella so-
sionomeilla tulee olla valmiudet myös toiminnallisiin keinoihin työskennellä asiakkaiden kanssa ja
ohjaamaan erilaisia ryhmiä (Hovi-Pulsa, Rantanen, Rouhiainen-Valo & Tietäväinen 2010, 18). Luo-
kassa, jolle pidimme toiminnalliset oppitunnit, oli muutama innokkaampi ja äänekkäämpi oppilas,
jotka toivat mielipiteitään rohkeasti esille useaan otteeseen. Kaikki halukkaat eivät välttämättä eh-
tineet sanoa omia mielipiteitään ääneen johtuen myös tiukasta aikataulustamme. Se jäi vähän har-
mittamaan, koska osallisuuteen tukeminen oli kuitenkin yksi hankkeemme tavoitteista.

Tietoperustan koemme olevan tarpeeksi kattava tukemaan hankkeen toiminnallista osuutta. Py-
rimme käyttämään lähteitä monipuolisesti mutta halusimme tietoperustasta kuitenkin suhteellisen
tiivin ja helposti luettavan, sujuvasti etenevän kokonaisuuden. Projektin aikana oivalsimme muun
muassa sen, kuinka suuri vastuu kouluyhteisöllä on lasten kasvatuksessa. Koulu on lapsille ja nuo-
rille melkein kuin toinen koti ainakin viisitoistavuotiaaksi saakka. Ei ole samantekevää, minkälaisin
menetelmin asioita opetetaan ja asioista keskustellaan oppilaiden kanssa. Jos oppilaita ei saa in-
nostumaan aiheesta tai jos opetusmenetelmä on vääränlainen kyseessä olevalle ikäryhmälle, op-
pituntien sanoma voi menettää merkityksensä. Kokonaisuutena olemme tyytyväisiä suorituk-
seemme ja oppilaiden asenteeseen tuntejamme kohtaan. He ottivat meidät hyvin vastaan ja
saimme heidät lähtemään keskusteluihin mukaan. Opettajalta saamamme palautteen mukaan ”op-
pilaat saivat olla tunneilla aktiivisia ja heidän tietonsa ja mielipiteensä saivat tilaa”. Osallisuuteen
tukeminen näkyi oppitunneilla muun muassa siinä, että jokainen tehtävä oli toiminnallinen, jossa
oppilaat pääsivät itse tekemään ja jakamaan ajatuksiaan. Emme halunneet antaa heille valmiita
vastauksia vaan tarkoituksena oli aktivoida heitä pohtimaan itse ja yhdessä muiden oppilaiden
kanssa tehtävissä esitettyjä kysymyksiä. Halusimme yhtälailla oppia heiltä ja kuulla heidän mieli-
piteitään samalla tavalla kuin he voisivat oppia meiltä..

Emme kumpikaan olleet aiemmin tehneet opinnäytetyötä, joten kehittämishankkeen tekeminen oli
meille molemmille aivan uutta. Kompetensseista tutkimuksellinen kehittämisosaaminen painottaa

sosiaalialan työn keskeisimpänä perustana reflektiivistä, kehittävää ja tutkivaa työtettä. Käytännön kehittämistoiminnan kannalta on tärkeää, että sosionomilla on valmiudet systemaattiseen tiedon hankintaan ja arviointiin sekä tutkimusmenetelmien hallintaan. (Hovi-Pulsa, Rantanen, Rouhinen-Valo & Tietäväinen 2010, 21.) Olemme molemmat kehittyneet prosessin aikana etenkin luotettavan tiedon hankinnassa. Koimme sen olevan välillä hyvinkin haastavaa, sillä opinnäytetyömme aihepiiristä on olemassa paljon tietoa. On osattava tutkia eri lähteitä kriittisesti ja valittava omaan työhön sopivat lähteet huolellisesti. Hankkeen suunnitteluvaiheen koimme työläimpänä, sillä halusimme luoda kokonaisuuden, joka nimenomaan vastaa yhteistyökumppanimme kehittämistarvetta, johon voimme olla ammatillisesti tyytyväisiä ja joka on juuri oikealle kohderyhmälle suunnattu. Työskentely oli antoisaa, ja olemme molemmat kehittyneet sekä toiminnallisen opinnäytetyön tekijöinä että työskentelyssä ulkopuolisen yhteistyökumppanin kanssa, mikä on oleellinen ja tärkeä asia myös omaa ammatillisuuttamme ajatellen.

Alusta asti ajatuksenamme oli, että kehittämämme toimintamalli jää Kaakkurin koulun käyttöön. Ihanteellinen tilanne olisi, jos Kaakkurin koulu ottaisi toimintamallimme käyttöön, ja oppitunnit pidettäisiin kaikille Kaakkurin koulun kuudesluokkalaisille. Mielestämme kehittämämme malli yhdessä jo opetussuunnitelmassa olevien ehkäisevän päihdetyön tuntien kanssa olisi hyvä kokonaisuus kuudesluokkalaisten ehkäisevälle päihdetyölle. Tulevaisuudessa toimintamalliamme voisi kehittää tekemällä kuudesluokkalaisten nuorille haastattelututkimuksen, jossa tarkasteltaisiin syvemmin kuudesluokkalaisten ajatuksia ehkäisevästä päihdetyöstä kouluissa sekä esimerkiksi kaveripaineen merkityksestä päihdekokeiluille. Mielenkiintoista olisi myös haastatella kuudesluokkalaisten vanhempia liittyen nuorten päihteidenkäyttökokeiluihin ja mielipiteisiin koulussa järjestettävästä ehkäisevän päihdetyön tunneista.

Pidämme opinnäytetyömme innovatiivisena, sillä loimme rohkeasti kokonaan uuden toimintamallin ehkäisevään päihdetyöhön. Tämä oli haastavaa, mutta ammatillisesti kehittävää. Opinnäytetyön tekeminen kahdestaan oli hyvä ratkaisu. Yhteistyö ja työnjako sujuivat todella hyvin. Prosessin aikana annoimme kumpikin oman luovuutemme ja osaamisemme opinnäytetyöhön. Parityöskentelymme oli helppoa, molemmat antoivat tilaa toisen ideoille ja ajatuksille. Yhteistyötä helpotti myös se, että meillä oli koko ajan yhteinen ja selkeä näkemys opinnäytetyöstämme ja siitä, mitä siltä haluamme. Vaikka matkalla oli haasteita, selvisimme niistä hyvällä yhteistyöllä ja hyvillä hermoilla. Opinnäytetyömme loppusuoralla aikataulumme alkoi rakoilla, koska olimme jo molemmat täysin työelämässä. Työn, perheen ja muun vapaa-ajan ohella oli välillä vaikeaa löytää opinnäytetyön viimeistelylle aikaa. Hieman haastetta opinnäytetyön tekemiselle toi myös yhden opinnäytetyömme

ohjaajan vaihtuminen kesken prosessin. Opinnäytetyön loppuvaiheessa ja valmistumisen lähestyessä tiukka aikataulu ja väsymys aiheuttivat stressiä. Vaikka aikataulu hiukan venyi, opinnäytetyömme valmistui kuitenkin lähes suunnitellun aikataulun mukaisesti.

LÄHTEET

Airaksinen, T. & Vilkka, H. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Alanko, A. 2010. Osallisuuden paikat koulussa. Teoksessa A. Ritala-Koskinen, K. Kallio & N. Ru-
tanen (toim.) Missä lapsuutta tehdään? Helsinki: Yliopistopaino, 55-72.

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOYpro Oy.

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. 2016. Smokefree-rastirata. Viitattu 30.3.16. <http://www.smokefree.fi/binary/file/-/id/1/fid/435/>

Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä sekä eräiksi siihen liittyviksi laeiksi HE 339/2014.

Helve, H. 2002. Arvot, muutos ja nuoret. Helsinki: Yliopistopaino.

Hilppö, J. Kumpulainen, K. Krokfors, L. Lipponen, L. Rajala, A. & Tissari, V. 2010. Oppimisen sillat. Kohti osallistavia oppimisympäristöjä. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Hovi-Pulsa, R. Rantanen, T. Rouhiainen-Valo, T. & Tietäväinen, S. 2010. KOMPETENSSIT SOSIONOMIEN (AMK JA YLEMPI AMK) YDINOSAAMISEN AVAAJINA. Teoksessa L. Viinamäki (toim.) Sosionomin ammatti ja työ 2010-2025. Havaintoja ja päätelmiä sosionomien (AMK & ylempi AMK) profiilista Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja A: Raportteja ja tutkimuksia 3/2010.

Huhtanen, K. 2007. Kun huoli herää. Varhainen puuttuminen koulussa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Holmberg, J. Hämäläinen, R. Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. 2015. Päihdehoitotyö ja ihmisen elämänkulku. Teoksessa A. Partanen, J. Holmberg, M. Inkinen, M. Kurki & S. Salo-Chydenius (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 357-416.

livonen, E. 2011. Lapsen oikeuksien yleissopimus. Teoksessa Nurmi, S. Rantala, K. (toim.) Näyn & Kuulun. Lapsen etu ja osallisuus. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 39-60.

Innokylä. 2016. Änni-hanke. Viitattu 30.3.2016. <https://www.innokyla.fi/web/malli1201687>

Jouhki, K. 2014. Nuorisotyön näkökulma. Teoksessa L. Landen, P. Hamarus, P. Kanervio & S. Pulkkinen (toim.) HUUTO! Lasten ja nuorten hyvinvoinnin puolesta. Juva: Bookwell Oy, 36-47.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Kinnunen, JM. Lindfors, P. Ollila, H. Pere, L. & Rimpelä, A. 2015. Nuorten terveystapatutkimus 2015. NUORTEN TUPAKKATUOTTEIDEN JA PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ 1977-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015:31.

Kinnunen, S. 2011. Murrosikäinen perheessä. Tasapainoilua tilan ja rajojen välissä. Vantaa: Hansaprint Oy.

Koivisto, K. & Rautakoski, P. 2013. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen kouluyhteisössä. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 10. Viitattu 19.11.2015. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201306053843>

Konu, A. 2010. Koululaisten hyvinvoinnin arviointi ja alakoulujen hyvinvointi 2000-luvulla. Teoksessa K.Joronen & A.Koski (toim.) Tunne- ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen KOULUYHTEISÖSSÄ. Tampere; Yliopistopaino Oy, 13-32.

Kylmänen, P. 2005. KUN kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 1.12.2015/523

Malkavaara, M. 2011. Osallisuus ja ihmisen arvo Raamatussa. Teoksessa Nurmi, S. Rantala, K. (toim.) Näyn & Kuulun. Lapsen etu ja osallisuus. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 91-108.

Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: Bookwell Oy

Mäkelä, J. 2011. Osallisuuden merkitys lapsen ja nuoren kehitykselle. Teoksessa Nurmi, S. Rantala, K. (toim.) Näyn & Kuulun. Lapsen etu ja osallisuus. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 13-23.

Opetushallitus. 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Määräykset ja ohjeet 2014:96.

Opetushallitus. 2015. Säädökset ja ohjeet. Viitattu 16.12.2015. http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/perusopetus

Opetushallitus. 2016. SWOT-analyysi. Viitattu 6.12.2016. http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/laadunhallinnan_tuki/wbltoi/menetelmia_ja_tyovalineita/swot-analyysi

Paalasmaa, J. 2014. Aktivoi oppilaasi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pajamäki, T. 2014. Lapsen näkökulma. Teoksessa L. Landen, P. Hamarus, P. Kanervio & S. Pulkkinen (toim.) HUUTO! Lasten ja nuorten hyvinvoinnin puolesta. Juva: Bookwell Oy, 28-35.

Partanen, A. 2015. Yhteiskunta, päihteet ja riippuvuus. Teoksessa A. Partanen, J. Holmberg, M. Inkinen, M. Kurki & S. Salo-Chydenius (toim.) Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 451-492.

Perusopetuslaki 21.8.1998/628

Pirskainen, M. 2007. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Kuopion Yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 140.

Pylkkänen, S. Viitanen, R. & Vuohelainen, E. 2009. Mitä on nuorisotalon ehkäisevä päihdetyö? Laadukkaan päihdekasvatuksen tukimateriaali. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu sarja C. Oppimateriaaleja.

Rantala, K. 2011. Osallisuuden kokemuksia ja kokeiluja seurakunnissa. Teoksessa Nurmi, S. Rantala, K. (toim.) Näyn & Kuulun. Lapsen etu ja osallisuus. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 138-180.

Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Suomen Punainen Risti. 2013. Päihteiden käytön ehkäisyn toimintamateriaali. Viitattu 30.3.2016.
https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/en_kayta_-aineisto_2013.pdf

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013. Sex, drugs & muita tärkeitä asioita nuorille. Viitattu 30.3.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110935/Sex_drugs__Verkko.pdf?sequence=1

Warpenius, K. Holmila, M. Karlsson, T. & Ranta, J. 2015. Raportti 5/2015. Ehkäisevä päihdetyö suomessa 2025 – ennakointitutkimus. Tampere: Juvenes Print –Suomen yliopistopaino Oy

Olette lähteneet kaveriporukalla bileisiin. Tehkää pienoisnäytelmä tilanteesta, jossa joku hyvännäköinen nuori, teille vieras henkilö tarjoaa yhdelle teistä tupakkaa. Kuinka voi kieltäytyä ottamasta?

Tehkää pienoisnäytelmä tilanteesta, jossa näette parin ventovieraan tarjoavan ystävälenne kaljaa puistossa. Tiedätte, että ystävänne haluaisi kieltäytyä mutta ei välttämättä uskalla. Miten voisitte auttaa häntä kieltäytymään?

Tehkää pienoisnäytelmä tilanteesta, jossa joku yläkoululainen painostaa yhtä teistä ostamaan häneltä nuuskaa koulun pihalla välitunnilla. Miten toimia tilanteessa ja kieltäytyä ostamasta?

Tehkää pienoisnäytelmä tilanteesta, jossa hyvä ystävä tarjoaa yhdelle teistä huumeita kotibileissä. Kuinka voi kieltäytyä ottamasta?

Teemme vanhemmille tietopaketin aiheista, joita käsittelemme maanantain ja keskiviikon oppitunneilla. Oppitunneilla esille nousevia asioita ei missään vaiheessa yksilöidä keneenkään oppilaaseen.

Kysymyksiin vastataan nimettömänä.

Mieti kotona vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Mitä vanhempien pitäisi tietää sinun ikäisesi vapaa-ajasta?
2. Mitä ajattelet tupakoinnista ja alkoholinkäytöstä omalla asuinalueellasi?
3. Kenen mielestäsi pitäisi puuttua nuorten päihteidenkäyttöön?
4. Mistä alkoholiin tai tupakkaan liittyvästä asiasta haluaisit jutella aikuisten kanssa?
5. Miten vanhempasi voisivat mielestäsi tukea sinua kieltäytymään päihteistä?
6. Onko mielessäsi jotakin aiheeseen liittyviä terveisiä, joita haluaisit kertoa vanhemmillesi (nimettömänä)?

Tarina 1:

Ana ja Eppu ovat olleet lapsuudesta saakka parhaita ystäviä. He käyvät samaa ala-astetta ja ovat samalla luokalla. He viettävät lähes kaiken vapaa-ajan yhdessä ja ovat kiinnostuneita samoista asioista. Aikaa kuluu paljon tallilla hevosharrastuksen parissa ja lauantaiamuisin he tykkäävät käydä uimassa. Kun Ana ja Eppu siirtyvät alakoulusta yläkouluun, Eppu alkaa huomata, ettei Ana käy enää tallilla ja lauantai aamuisin mieluummin nukkuu pitkään kuin lähtee Epun kanssa uimaan. Ana alkaa viihtyä uusissa porukoissa ja pian Epulle selviää, että Ana on alkanut polttaa tupakkaa ja silloin tällöin juomaan myös alkoholia. Kerran perjantai-iltana Epun kävellessä tallilta kotiin Ana tulee häntä ostarilla vastaan humalassa ja houkuttelee Eppuakin maistamaan kaljaa.

Mitä luulette, että tapahtuu? Mitä Eppu valitsee?

Eppua harmittaa, että he eivät enää vietä aikaa yhdessä Anan kanssa. Hän on surullinen siitä, että Anan kaveriporukka on vaihtunut. Eppua ei kuitenkaan päihteet kiinnosta. Hän on keskustellut vanhempiensa kanssa päihteistä ja ymmärtää niiden vaarat. Eppu kieltäytyy ja kehottaa myös Anaa menemään kotiinsa.

Mitä luulette, miksi Eppu kieltäytyy?**Onko kieltäytyminen Epulle helppoa?****Mitkä asiat voisivat vaikuttaa Epun ratkaisuun? Tekikö Eppu mielestänne oikean ratkaisun?****Onko teidän mielestä tärkeä keskustella päihteistä kotona? Keskustellaanko teillä?**

Ana jää ostarille mutta Eppu jatkaa matkaansa kotiin. Hän jatkaa elämää entiseen malliinsa, käy viikonloppuisin uimassa ja löytää pian uusia kavereita tallilta. Hän on parantanut uintiaikaansa, mikä kannustaa häntä jatkamaan harrastuksensa parissa. Epun vanhemmat ovat huomanneet, ettei Ana enää käy kylässä. Heidän kysyessä asiasta Eppu kertoo suoraan, mitä heidän välillään on tapahtunut ja kuinka Ana on muuttunut.

Miten luulette että Epun vanhemmat reagoivat Epun kertomaan?**Mitkä asiat ovat Epulle tärkeitä?**

Keskustellaan: Kavereiden kanssa tulee joskus tilanteita, joissa itse ei haluaisi toimia samalla tavalla kuin kaverit. Silti voi tuntua sille, että pitäisi toimia niin kuin kaveritkin, vaikkei siihen kukaan painostaisikaan. Tätä kutsutaan kaveripaineeksi. Joskus on myös tilanteita, joissa kaverit yrittävät

sanomisillaan ja toiminnallaan tietoisesti saada toiset käyttäytymään haluamallaan tavalla. Tällöin puhutaan painostuksesta.

Miksi arvelet alkoholin ottaneen roolin Anan elämässä? Toimiko joku tässä rohkeasti? Kuka tai ketkä? Miksi se oli mielestäsi rohkeaa? Mitä arvelette, mikä tai ketkä ehkä auttoivat Eppua hänen ratkaisussaan olla lähtemättä Anan mukaan?

Tarina 2:

Mintun perheeseen kuuluvat äiti Virpi ja isä Pekka sekä 12-vuotias Minttu ja labradorinnoutaja Ville. Vanhemmat käyvät töissä ja harrastavat aktiivisesti Ville-koiran kanssa. Vanhemmilla on läheiset välit Mintun kanssa ja perheessä on asiat kaikin puolin aivan hyvin. Kuitenkin nykyään Minttu on ollut kotona aiempaa hiljaisempi ja viettänyt aikaa omissa oloissa, riitaakin on tullut. Vanhemmat eivät tiedä mistä se johtuu. He kyllä välittävät kovasti Mintusta ja ovat yrittäneet keskustella Mintun kanssa ja kyselleet painaako jokin Mintun mieltä, mutta keskustelulla ei ole ollut vaikutusta.

Mitä vanhemmat voisivat tehdä?

Mintulla on laaja kaveripiiri mutta siitä huolimatta Minttu kokee toisinaan olevansa yksinäinen, koska vanhemmat eivät ole aina iltaisin kotona. Minttu on kertonut vanhemmilleen, että jotkut hänen kavereistaan ovat kokeilleet päihteitä ja tämä huolestuttaa vanhempia. He ovat miettineet kiinnostavatko päihteet myös Minttua. Asiasta on keskusteltu Mintun kanssa ja Minttu on kertonut, ettei tiedä mitä mieltä hän oikeasti päihteidenkäytöstä on. Jonkinlaista kiinnostusta on ja Minttu on miettinyt toisivatko päihteet helpotusta murrosiän myllerryksiin. Toistaiseksi hän ei ole kokeillut päihteitä.

Miten vanhemmat voisivat vaikuttaa Mintun päihteettömyyteen?

Ehdotelkaa Mintulle vaihtoehtoisia tapoja helpottaa oloaan

1. Pullollisessa keskiolutta tai siideriä on 130 kcal energiaa eli sama määrä, jonka saat

- a.) syömällä porkkanan
- b.) juomalla kuusi kuppia mustaa kahvia
- c.) syömällä tuhdin juustovoileivän tai 4–5 perunaa
- d.) juomalla pullon kevytcokista.

oikea vastaus c.) Yksi keskiolutpullo vastaa energiamäärältään tuhtia juustosämpylää tai 4–5 perunaa. Tosin juustosämpylän ravintoaineita se ei sisällä.

2. Totta vai tarua? (ympyröi, mikä totta)

- a.) Kannabis on luonnontuote, joten se ei sisällä syöpää aiheuttavia aineita.
- b.) Kannabiksen käytöstä tulee aina hilpeä olo.
- c.) Kannabis lisää alttiutta sairastua skitsofreniaan.
- d.) Kannabis ei aiheuta riippuvuutta.

a) **tarua:** Kannabisannoksessa on enemmän syöpää aiheuttavia aineita kuin tavallisessa tupakkaannoksessa.

b) **tarua:** Ahdistuksen tunne on tavanomainen kannabiksen ei-toivottu vaikutus. Kannabiksen käytön on myös havaittu liittyvän itsemurha-alttiuteen.

c) **totta:** Kannabiksen käyttö voi aiheuttaa psykoottisia tiloja. Kannabiksen käyttö lisää alttiutta sairastua skitsofreniaan, joskin sairastumiseen vaikuttavat myös muut tekijät.

d) **tarua:** Kannabikseen kehittyy sietokyky ja riippuvuus kuten muihinkin päihteisiin. Vieroitusoireet ovat usein psyykkisiä. Pitkäaikainen kannabiksen käyttö heikentää ajattelu- ja päättelykykyä ja kykyä etsiä elämyksiä muista asioista.

3. Tupakan savu sisältää monenlaisia kemikaaleja. Miten monta erilaista?

- a.) Noin 40
- b.) Noin 400
- c.) Noin 4 000
- d.) Noin 40 000

oikea vastaus c.) Tupakan savu sisältää noin 4 000 erilaista kemikaalia. Näistä ainakin 50 tiedetään syöpää aiheuttaviksi.

4. Nikotiini on voimakkaasti riippuvuutta aiheuttava myrkky. Missä muussa sitä on käytetty kuin tupakassa?

- a.) Tuholaisten torjunnassa
- b.) Vaatteiden värjäyksessä
- c.) Puhdistusaineissa
- d.) Maalin valmistuksessa

oikea vastaus a.) Nikotiinia on käytetty tuholaisten torjunnassa. Puhdas nikotiini on hyvin myrkyllistä: 60 mg nikotiinia kerralla elimistössä on aikuiselle ihmiselle tappava annos, teini-ikäiselle jo alle 30 mg ihmisen painosta riippuen. Jos vuoden vanha lapsi on niellyt kokonaisen savukkeen, on

myrkytys niin vakava, että on otettava yhteys Myrkytystietokeskukseen, puh. (09) 471 977. Myös sähkösavukkeiden nikotiininesteiden väärinkäyttö voi johtaa vakaviin myrkytysoireisiin ja apua on haettava välittömästi.

5. Totta vai tarua? (ympyröi, mikä totta)

- a.) Nuuskan käyttö huonontaa hampaiden kuntoa.
- b.) Nuuskan käyttö on tupakoinnin turvallinen vaihtoehto, koska se ei aiheuta riippuvuutta.
- c.) Nuuska ja tupakka lisäävät suusyövän riskiä.
- d.) Nuuskan käyttö nostaa verenpainetta ja sydämen lyöntitiheyttä.

a) **totta:** Nuuska aiheuttaa pahanhajuista hengitystä

ja värjää hampaat ruskeiksi. Nuuska sisältää hiekanjyväsiä, jotka aiheuttavat kulumista hampaiden pinnalla. lenvaurioita syntyy sekä kemiallisten aineiden että mekaanisen ärsytyksen seurauksena.

b) **tarua:** Nuuskassa on yhtä lailla nikotiinia kuin tupakassa, ja nikotiini on voimakkaasti riippuvuutta aiheuttava aine, nautittiin sitä missä muodossa hyvänsä.

c) **totta:** Suusyövän riski on ominaista nuuskaajille. Myös

tupakointi lisää suusyövän riskiä, etenkin jos tupakointiin liittyy väkevien alkoholijuomien käyttö.

d) **totta:** Sykettä ja verenpainetta nostaa nikotiini, joten tässäkin suhteessa nuuskalla ja tupakalla on samanlainen vaikutus.

6. Niin kutsuttu passiivinen tupakointi on terveydelle haitallista. Jos viettää päivän tupakansavussa, haitta-aineille altistuminen on samaa tasoa kuin jos polttäisi päivässä

- a.) 1 savukkeen
- b.) 5 savuketta
- c.) 10 savuketta
- d.) 20 savuketta.

oikea vastaus b.) Ympäristön tupakansavulle koko päivän altistuneiden virtsasta on todettu nikotiinia yhtä paljon kuin viisi savuketta päivässä polttavalta tupakoitsijalta. Tupakan haitta-aineista 80–90 % joutuu savun mukana tupakoijan ympäristöön.

7. Energiajuomilla tarkoitetaan kofeiinipitoisia virvoitusjuomia, joita markkinoidaan erityisesti suorituskyvyn ja kestävyysparantamiseen. Todellisuudessa energiajuoma sisältää kuitenkin paljon sokeria. Kuinka monta sokeripalaa on tölkillisessä energiajuomaa?

- a.) 5
- b.) 10
- c.) 14
- d.) 25

oikea vastaus c.) Energiajuoma voi piristää hetkellisesti. Vastaava lyhytaikainen vaikutus saadaan kupillisesta kahvia. Energiajuoma voi haitata urheilusuoritusta, koska se aiheuttaa verensokerin nopeaa heilahtelua, eikä auta ylläpitämään kehon nestetasapainoa. Parhaita tuloksia saat aikaan vedellä tai kunnollisella urheilujuomalla. Tölkillinen energiajuomaa sisältää keskimäärin 14 sokeripalaa ja 165 kilokaloria, ja niiden pitkäaikainen käyttö voi aiheuttaa ylipainoa.

8. Tupakoivan eliniän ennuste on lyhyempi kuin tupakoimattoman ikätoverinsa. Jos päivittäinen tupakointi on alkanut 14–16-vuotiaana, eliniän ennuste lyhenee

- a.) 2 vuotta
- b.) 5 vuotta
- c.) 10 vuotta
- d.) 20 vuotta

oikea vastaus d.) Päivittäisen tupakoinnin 14–16-vuotiaana aloittanut kuolee keskimäärin 20 vuotta nuorempana kuin tupakoimaton ikätoverinsa – jollei lopeta. Tupakan sisältämät myrkyt ovat erityisen vaarallisia kasvaville kudoksille. Joka neljäs tupakoinnin kouluiässä aloittanut kärsii tulevaisuudessa tupakasta aiheutuvista sairauksista niin paljon, että se lyhentää hänen elinikäänsä. Lopettaja voittaa lisää elinikää!

1. Millaiseksi koit pitämiemme oppituntien ilmapiirin?

2. Millaisia uusia keinoja kieltäytyä päihteistä sait oppituntien sisällöistä?

3. Löysitkö tehtävien avulla itsellesi luotettavan aikuisen, jolle kertoa mieltä painavista asioista?

4. Mitä hyötyä on mielestäsi päihteettömästä nuoruudesta?

Alleiviivaa:

En riko lakia

En altista itseäni liian nuorena riippuvuuksille

Eliniän ennusteeni pitenee

Jaksan paremmin

Jos haluan, uskallan sanoa Ei päihteille

Rahaa säästyy muuhun mukavaan

Säilytän vanhempieni luottamuksen

Jotakin muuta hyötyä, mitä:

5. Miten koet kavereidesi vaikuttavan päihteiden käyttösi/ päihteettömyyteesi?

6. Opitko pitämiemme tuntien aikana jotain uutta? Jos opit, niin mitä?

Kiitos vastauksistasi ja osallistumisestasi oppitunneillemme 😊

1. Miten mielestäsi yhteistyösuhteemme toimi Kirkas koulumieli – hankkeen aikana?

2. Miten mielestäsi toteutimme ennalta sovittuja suunnitelmia oppituntien aikana?

3. Miten mielestäsi Kirkas koulumieli – hanke tukee lasten osallisuutta ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta?

Vapaa sana: _____

Kiitos vastauksistasi ja yhteistyöstäsi! 😊

Hei vanhemmat,

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Oulun ammattikorkeakoulusta. Kävimme Kirkas koulumieli -hankkeen tiimoilta pitämässä lapsenne luokalle kaksi oppituntia 18.4.2016 ja 20.4.2016. Kirkas koulumieli -hanke on opinnäytetyömme ja sen tavoitteena on lasten osallisuuden tukeminen ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Tunnit koostuivat toiminnallisista menetelmistä ja ryhmätehtävistä. Yhtenä osuutena hankkeessamme painotamme vanhempien roolia lasten päihteettömyyden tukemisessa ja tämän viestin tarkoituksena onkin kertoa teille vanhemmille yhteenveto pitämiemme tuntien sisällöistä ja esiin nousseista asioista.

Kohteliaasti pyydämme, että luettuanne yhteenvedon vastaisitte lopussa oleviin kysymyksiin. Palautteenne olisi opinnäytetyömme kannalta ensiarvoisen tärkeää.

Ensimmäisellä oppitunnilla oppilaiden tehtävänä oli pohtia, mitä heille tulee mieleen sanoista päihteet ja raittius. Oppilaat saivat vapaasti huudella mieleen tulevia asioita, joita me kirjasimme taululle ylös. Olimme yllättyneitä siitä, kuinka hyvin oppilaat tiesivät mitä ylipäänsä luokitellaan päihteiksi ja mitä päihteiden käytöstä voi seurata. Alla joitakin esimerkkejä:

Päihteet: Alkoholi, tupakka, huumeet, nuuska, ahdistava olo, humalassa oleminen, väsynyt, koukkuun jääminen, kuolema.

Positiivista oli, että oppilaat liittivät sanaan raittius terveelliset elämäntavat ja iloisen mielen.

Raittius: Ystävien tuki, vesi, lähipiiri, iloinen, hyvä mieli, terve, jaksaminen.

Toisena tehtävänä oli draamaharjoitus päihteiden tarjoamistilanteista. Mielestämme on tärkeää, että oppilailla on keinoja ja uskallusta kieltäytyä päihteistä. Keskustellessamme draamaharjoituksista esiin nousi muun muassa se, kuinka paljon kaveripaine voi vaikuttaa siihen, uskaltaako itse kieltäytyä jos joku tarjoaa päihteitä.

Ensimmäisen tunnin päätteeksi annoimme lapsille kotitehtävän, jossa heitä pyydettiin vastaamaan kysymyksiin liittyen tuntiemme aiheeseen. Kotitehtävän mukaan suurin osa luokan oppilaista pitää tärkeänä sitä, että vanhemmat tietävät missä ja kenen kanssa heidän ikäisensä viettää vapaa-aikaa. Kysyttäessä kenen pitäisi puuttua nuorten päihteiden käyttöön, suosituimpia vastauksia olivat vanhemmat ja opettajat. Vastauksista nousi esille myös toive keskustella vanhempien kanssa päihteistä ja niiden haitoista.

Toisella tunnilla oppilaat tekivät ryhmätehtävän, jossa he miettivät kenelle aikuiselle voisivat kertoa mieltään painavista asioista. Palautteen perusteella suurimmalla osalla oli jo tällainen aikuinen tai he löysivät sellaisen tehtävän avulla. Toisella tunnilla ohjelmassa oli myös kahden hieman erilaisen tarinan läpikäyminen. Tarinoiden läpikäymisen ja niissä tapahtuvien asioiden pohtimisen tavoitteena oli saada oppilaat miettimään päihteettömän nuoruuden hyötyjä tarinoissa esiintyvien henkilöiden kautta. Tehtävää tehdessä ja yhteisessä keskustelussa oppilaat nostivat esille seuraavia asioita:

- **päihteiden käyttö voi pilata elämän**
- **olisi tärkeää, että päihteistä keskusteltaisiin kotona ja lapsille kerrotaisiin niiden vaaroista**
- **on rohkeaa kieltäytyä päihteistä, mutta kaveripaineen merkitys tässä asiassa on suuri**
- **vanhempien tulisi olla kiinnostuneita lapsensa asioista**

Lopuksi pidimme oppilaille vielä tietokilpailun, jonka tavoitteena oli antaa hieman faktatietoa päihteistä. Oppilailta saamamme palautteen mukaan suurin osa piti tuntien ilmapiiriä hyvänä. Itse koimme, että sen ajan puitteissa mikä meillä oli käytettävissä, tunnit onnistuivat kaikin puolin hyvin ja oppilaat lähtivät reippaasti mukaan tehtäviin ja ryhmätöihin.

Lopuksi pyydämme, että vastaisitte alla oleviin kysymyksiin sähköpostitse osoitteeseen o3arsa00@students.oamk.fi 19.5.16 mennessä. Kiitos! ☺

- 1. Onko tämän tyyppiset, ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta pidetyt oppitunnit mielestäsi tarpeellisia kuudesluokkalaisille?**
- 2. Koitko saavasi tarpeellista tietoa tästä yhteenvedosta?**
- 3. Saitko tämän yhteenvedon luettuasi vinkkejä siihen, kuinka omalla toiminnallasi voisit tukea lastasi päihteettömyyteen? Jos sait, niin minkälaisia?**

Ystävällisin terveisin,

Sosionomiopiskelijat Sanna Arontie ja Elisa Juvani/Oulun Ammattikorkeakoulu